

DOSSIER DE PREMSA 2017



CERDANYA

La Gran Vall del Pirineu

#TurismeCerdanya

#Pirineus

ÍNDEX

1. LA CERDANYA	3
1.1. LA GRAN VALL DEL PIRINEU	3
1.2. MUNICIPIS DE CERDANYA	4
1.3. FESTES I TRADICIONS POPULARS	7
2. LA CERDANYA, DESTÍ TURÍSTIC TOT L'ANY	9
3. RECOMANEM	9
3.1. PRINCIPALS LLOCS D'INTERÉS	9
3.2. TURISME ACTIU	13
3.2.1. ESTACIONS D'ESQUÍ ALPÍ	13
3.2.2. ESTACIONS D'ESQUÍ NÒRDIC	15
3.2.3. GOLF	16
3.2.4. PARC NATURAL DEL CADÍ MOIXERÓ	17
3.2.5. CAMINS DE CERDANYA	18
3.2.5.1. <i>Rutes Històriques i temàtiques</i>	18
3.2.5.2. <i>Rutes entre poblacions</i>	19
3.2.5.3. <i>Ascensions</i>	24
3.2.5.4. <i>Passejades</i>	27
3.2.5.5. <i>Estanys</i>	28
3.2.5.6. <i>Valls</i>	29
3.2.6. RUTES EN BTT	31
3.2.7. RUTES A CAVALL	32
3.2.8. MULTIESPORTS	32
3.2.8.1. <i>Aeròdrom</i>	33
3.2.8.2. <i>Hípiques</i>	33
3.2.8.3. <i>Poliesportius</i>	33
3.2.8.4. <i>Activitats d'Aventura</i>	33
3.2.9. TURISME FAMILIAR	33
3.3. GASTRONOMIA	34
3.4. PATRIMONI	34
3.4.1. DOLMENS	34
3.4.2. VIA ROMÀNICA DE CERDANYA	35
3.4.3. MUSEUS I PUNTS HISTÒRICS	38
4. COM ARRIBAR	40
5. DADES ECONÒMIQUES	41
6. DADES DE CONTACTE	42

1. CERDANYA

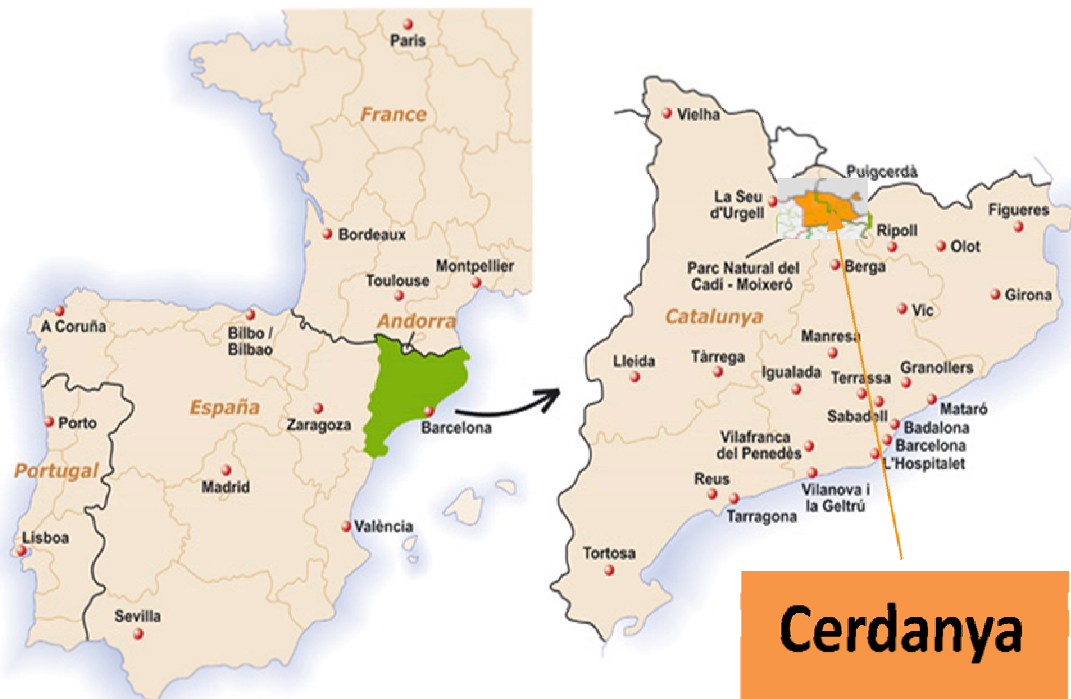
1.1. LA GRAN VALL DEL PIRINEU

La comarca catalana de la Cerdanya es caracteritza per uns trets climàtics, històrics i orogràfics que li atorguen un caràcter únic. Integrada per l'alta Vall del Segre, la Cerdanya és una de les valls més amples d'Europa. Destaca sobretot per la seva altitud mínima de 1.000 m. aproximadament, la seva orientació d'est a oest i una elevada insolació de més de 3.000 hores de sol durant tot l'any.

La Cerdanya és la zona més occidental de la serralada pirinenca amb cims que assoleixen els 2.500 i els 3.000 metres d'altitud. Compta amb una rica diversitat d'ecosistemes que han portat a la creació de diferents espais protegits per l'administració com són, entre d'altres, el Parc Natural del Cadí Moixeró, la Vall d'Eina, el riu Segre, etc.

És una ampla vall rodejada per alts cims, amb un paisatge majestuós marcat pels grans espais, que la diferencien de la resta de valls pirinenques, amb una climatologia peculiar marcada per fenòmens meteorològics únics i propis.

La Cerdanya és un dels indrets més espectaculars de la geografia catalana, gràcies a la seva diversitat i bellesa paisatgística, que compta amb els trets més purs del Mediterrani, prats alpins, boscos submediterranis, fagedes, boscos boreals de pi roig i els boscos de coníferes subalpins, amb el pi negre i l'avet. A més, la vegetació que es troba al Parc és considerada d'interès especial: les baixes temperatures, sumat a l'alta humitat de la zona i la seva altitud, contribueixen a que hi visquin espècies pròpies del nord d'Europa i les altes muntanyes europees o alpinas.



Història amb un ric patrimoni cultural

La rica i intensa història de la Cerdanya ha dotat la comarca d'un ric patrimoni cultural, l'exponent més rellevant del qual és l'arquitectura religiosa romànica, representada en gairebé tots els nuclis.

L'any 1.659 la Cerdanya va ser dividida i administrada per dos estats diferents: l'espanyol, per una banda, i el francès, de l'altra. Aquesta separació va ser conseqüència del Tractat dels Pirineus, pel qual Catalunya, i Espanya, van perdre el Roselló, el Conflent, el Capcir, el Vallespir i mitja Cerdanya en favor de la corona francesa, i la Vila de Llivia va quedar com enclavament espanyol dins de territori francès. En aquest sentit, doncs, la comarca pertany al departament del Pirineus Orientals (estat francès) i les províncies de Girona i Lleida (estat espanyol).

Pel que fa referència a la seva economia, al llarg de la història, la ramaderia i el conreu de cereals i farratges han estat les activitats seculares dels habitants de la Cerdanya. Cal destacar, que la ramaderia del cavall Pirinenc Català ha passat a ser la imatge emblemàtica del territori.

Tot i que el turisme és una de les principals activitats econòmiques en l'actualitat, la Cerdanya representa dins dels Pirineus la neu per excel·lència. La comarca ha estat pionera en la creació d'instal·lacions per a la pràctica de l'esquí i avui dia configura una de les zones dels Pirineus que reuneix la major oferta i varietat d'estacions d'esquí, tan pel que fa a l'alpi com al nòrdic.

1.2. MUNICIPIS DE CERDANYA

La Cerdanya està integrada per 17 municipis, tots ells ubicats a més de 1.000 metres d'alçada.

Alp 1.159 m

Alp és el municipi turístic per excel·lència. Alberga les estacions d'esquí de La Molina i Masella, que juntes el converteixen en un dels nuclis d'esports d'hivern més importants d'Europa. Avui dia, Alp és "Vila europea de l'esport".

Aquest municipi, a més, compta amb un gran ventall d'ofertes culturals i lúdiques, i d'una àmplia gastronomia que fa les delícies dels paladars més refinats. Actualment s'està treballant per a obtenir el segell oficial de "Turisme Familiar" que atorga l'Agència Catalana de Turisme.

Bellver de Cerdanya 1.050 m

Es tracta del lloc ideal per gaudir de la natura d'alta muntanya, tot fent senderisme pel Camí dels Bons Homes, Ruta dels Segadors (també conegut com el Camí de Picasso, GR-150), senders locals i espeleologia (Fou de Bor, cova d'Anes).

El municipi convida als visitants a deixar-se endur i descobrir, tot passejant, el Barri Antic de la vila, la basílica de Sta. Maria de Talló, el Museu del Bosc, el Parc Fluvial de les Basses de Gallissà (amb cigonyes) i les restes prehistòriques.

Entre els principals esdeveniments que s'hi organitzen, destaca: les fires de Sant Llorenç, productes artesans (10 d'agost), agrícola i ramadera (11-12 d'octubre) i Pirineu Esport (pont de la Constitució), que donen a Bellver un caràcter comercial de primer ordre. L'Aplec de Talló (dilluns de Pasqua), la Festa de Sant Antoni (13 de juny) i concursos de pesca nacionals. Important oferta anual d'activitats culturals i esportives. Pavelló poliesportiu amb rocòdrom interior.

Bolvir 1.145 m

Aquest municipi, conegut per l'important jaciment ibèric "El Castellot", té com a notables conjunts la seva església parroquial romànica de Sta. Cecília, el castell i la capella i la Torre del Remei i l'església de Sant Climent de Tallorta. És una important zona de segones residències. Destaquen les instal·lacions del Reial Club de Golf de Cerdanya, pioner a la comarca.

Das 1.215 m

Municipi de la Baixa Cerdanya, va des de el riu Segre fins al cim del "Pedró dels Quatre Batlles", més conegut com la Tossa a 2.537m. d'alçada. Aquest municipi limita amb els pobles de Ger, Alp, Fontanals de Cerdanya, Urús, Prats i Isòvol. A més té agregats els nuclis de Mosoll, Sanavastre i Tartera, i compta com a propi el sector de Coma Oriola de Masella.

Els principals llocs d'interès del municipi són les esglésies de Sant Llorenç a Das (neogòtica), Sant Julià a Tartera (s. XI d'estil romànic), Sant Iscle i Santa Victòria de Sanavastre (romànic) i l'església de Mosoll (romànic dels s. XII - XIII).

Altres punts d'interès són l'Edifici de l'Ajuntament de Das (construït per Eduard Fontserè i pagat per Rossend Arús), el Museu Etnològic on es pot veure com vivien antigament a la comarca "Casa Museu de Das". També cal destacar l'Aeròdrom de Cerdanya, les pistes d'esquí de Masella, la palanca de Sanavastre sobre el riu Segre, i la plaça de la Font Gran de Das amb un safareig públic i la font que dona nom a la plaça.

Das és un municipi que ens convida a fer-hi excursions amb diverses rutes de senderisme. Cal destacar també que disposa d'una gran oferta gastronòmica important, de qualitat.

Fontanals de Cerdanya 1.150 m

Fontanals de Cerdanya sorgeix de la unió de Queixans i Urtx (1969). Hi pertanyen, a més, els pobles d'Estoll, Escadarcs i el Vilar d'Urtx. El municipi destaca pels exemples romànics de Soriguerola, Les Pereres i Queixans. El seu desenvolupament turístic s'ha vist complementat amb el camp de golf de Fontanals de Cerdanya.

Ger 1.100 m

Aquest municipi, integrat per les poblacions de Ger, Gréixer i Saga, es presenta com un indret agradable i poc freqüentat on es pot trobar els despoblats de Montmalús i Niula. El terme abasta els terrenys que van des del Segre fins als alts cims, que fan frontera amb França. Entre els atractius turístics, s'aconsella als visitants fer parada a l'església romànica de Saga.

Guils de Cerdanya 1.384 m

Fronterer amb la Cerdanya francesa, destaca l'església de Sant Esteve de Guils i el campanar quadrat de Saneja. Durant l'hivern, destaquem el paratge de Guils – Fontanera on s'hi pot practicar l'esquí nòrdic i raquetes de neu a l'estació que duu el mateix nom, i on a l'estiu hi pasturen els ramats. A mitjans d'agost s'hi hi celebra l'Aplec de Fontanera.

Isòvol 1.050 m

De les pedreres d'Isòvol va sortir el marbre roig que adorna moltes esglésies de la comarca. A Olopte és digne d'admiració les seves pedreres de marbre gris i les coves de la Balma del Vent i dels Al·luvions, on s'han descobert restes arqueològiques d'origen neolític.

Lles 1.471 m

Els amants de l'esquí nòrdic tenen a Cap del Rec (Lles) i al Fornell (Aransa), instal·lacions de primera magnitud per practicar aquesta modalitat esportiva. Aquest municipi és travessat pel riu de la Llosa, magnífic per a la pesca. Agregats Arànsar, Coborriu de la Llosa, Músser, Travesseres i Viliella, típics pobles del Pirineu català.

Llivia 1.224 m

Des del segle XVII es va convertir en un enclavament espanyol en territori francès, la qual cosa li ha conferit un especial atractiu turístic. Es tracta, a més, d'un indret que ha estat testimoni del pas de nombrosos exèrcits (romans, visigots, àrabs i francs, ocasionalment, i francesos en nombroses ocasions).

Entre l'oferta cultural i lúdica, destaca la visita al Museu Municipal, on es poden veure algunes de les peces més emblemàtiques de la famosa Farmàcia Esteva s. XV, així com també el Festival de Música, que té lloc durant els mesos d'agost i desembre.

Meranges 1.550 m

Meranges es troba ubicat a la vall del riu Duran i integra els pobles de Meranges i Girul. Molts excursionistes visiten les zones més altes del municipi, on sobresurten l'estany de Malniu i el circ glacial d'Engorgs, així com l'ascensió al Puigpedrós. Com a punt d'interès, els visitants poden admirar la portalada de l'església romànica de Meranges.

Montellà i Martinet 1.150-950m

Martinet, capital de municipi, és un poble amb molts i variats atractius turístics: Casa de Riu convertida en una oficina d'informació i espai per a exposicions; Parc dels Búnquers, que es presenta com una proposta diferent per recuperar la memòria històrica; Montellà: és el mirador natural de Cerdanya; Estana: vigilant de les tortuoses parets del Cadí, punt d'inici de meravelloses excursions; Béixec: aparador de boscos de verdor estiuenca i grocs hivernals i Villec: porta d'entrada a la vall de Bastanist. A més, Martinet és una zona privilegiada cap a innumbrables excursions: Prat d'Aguiló, Prat de Cadí, Vall de Bastanist, Estansys de la Pera...

Prats i Sansor 1.124 - 1.068 m

Ubicat a 1.124 m d'altitud, es troba als límits històrics i geogràfics, pel Coll de Saig, entre la petita (la Batllia) i la gran Cerdanya. Està format pels nuclis de Sansor, Prats, Barri Capdevila i urbanització El Pla i s'hi accedeix per la carretera LP-40332 de Bellver a Alp.

Com a punts d'interès historic-turístic, cal destacar l'església romànica de Sant Serni i l'ermita de Sant Salvador, la qual està situada en un lloc envejable des d'on es domina tota la vall. Són importants els treballs arqueològics del jaciment de Montlleó. Prats i Sansor compta amb una excel·lent oferta gastronòmica i hotelera.

Prullans 1.096 m

Prullans és un viu testimoni de la història: els indicis més antics corresponen a un poblat de l'edat de bronze i als dolmens d'Orèn. A més, conserva la torre del Baró de Prullans i és destacable la cova d'Anes (compartida amb Bellver), així com el Mas fortificat d'Orèn. La situació del poble brinda una vista única de la serra del Cadí. Entre les festes més destacades, cal esmentar el "Dijous Gras" amb la tradicional truita d'embotits i l'Aplec de Sant Antoni.

Puigcerdà 1.202 m

Puigcerdà, ubicada al cor del Pirineu català, és la capital de Cerdanya. Disposa d'una situació privilegiada, ja que és fronterera amb França. Entre els punts turístics més emblemàtics, destaca el campanar, situat al centre comercial, el qual és punt de partida d'una ruta turística on es pot gaudir de vestigis dels períodes romànic, gòtic i neogòtic. Cal destacar també el Llac de Puigcerdà i el parc Shierbeck, on gaudir del paisatge i la natura.

Com a oferta esportiva, els visitants poden fer senderisme, excursions d'alta muntanya, rutes amb BTT o excursions amb quad i a cavall. Puigcerdà, a més, organitza fires agrícoles i ramaderes (Fira del Cavall), actes culturals i gastronòmics (Festa del Trinxat) i festes (Roser, Sagristia) que culminen amb l'emblemàtica Festa de l'Estany.

Riu de Cerdanya 1.179 m

És un antic municipi que va ser agregat de Bellver de Cerdanya. Disposa d'un retaule dedicat a Sant Joan. Es caracteritza per la font, ubicada a la plaça. Dins del seu terme, al costat de la boca nord del túnel del Cadí, es troba el Grau de l'Ós, singular engorjat de gran interès natural.

Urús 1.280 m

Urús es presenta com un important nucli d'estiueig on abunden les segones residències. A més, destaca per albergar tasques tradicionals de la comarca, com la ramaderia i el conreu.

1.3. FESTES I TRADICIONS POPULARS

La Cerdanya és sinònim de tradició i festes populars. Molts dels pobles que es troben en la geografia cerdana han convertit la celebració del final de les collites en la seva Festa Major, una de les cites més importants de tot l'any que aplega tots els seus habitants. La vall, a més, acull any rere any danses i ancestrals ritus populars que alegren i posen color als carrers de totes les viles i ciutats.

Les activitats, però, no s'acaben aquí, ja que la comarca també és testimoni de nombrosos cicles de concerts de música clàssica (a Llivia, Puigcerdà, Ix...); trobades d'acordionistes, la Festa de l'Estany a Puigcerdà, els aplecs no religiosos a Fontanera o a Vilallobent, les trobades i festes gastronòmiques, com: la Festa del Trinxat a Puigcerdà, la Festa del Nap a Ger, "Dijous Gras" a Prullans amb la tradicional truita d'embotits i fires anuals com la Fira de Sant Llorenç de Bellver, les fires del bestiar i les fires de l'esport, entre d'altres. Celebracions que atorguen autenticitat i tradició a la comarca.

Entre totes les celebracions anuals que hi ha a la comarca destaquem les festes majors de cada poble, celebrades normalment en època estival, de les quals *les més concorregudes són:*

- Pasqüetes a Llivia, després de Setmana Santa.
- Festa Major de Sant Antoni a Bellver de Cerdanya (13 de juny).
- Festa Major de Sant Pere d'Alp (29 de juny).
- Festa Major del Roser a Puigcerdà (mitjans de juliol).
- Festa Major de Das per Sant Llorenç (del 9 a l'11 d'agost).

Les festes i fires *gastronòmiques* més importants de Cerdanya, són:

- Festa del Trinxat de Puigcerdà (febrer).
- Escudellada de Carnaval d'Alp (per carnestoltes).
- Mostra del Formatges i productes Artesans de Cerdanya i l'Alt Urgell a Alp (Abril).
- Fira de Sant Llorenç a Bellver de Cerdanya (Agost).
- Mostra de Cuina Popular amb Naps a Ger (novembre).

Les *fires* més *populars* de Cerdanya són:

- Fira Ramadera de Bellver de Cerdanya (12 d'octubre).
- Fira Pirineu, Esport i Natura a Bellver de Cerdanya (Puríssima)
- Fira del Pessebre i Pessebre vivent de Prullans (Puríssima).
- Fires de Tardor i de Primavera del Baridà a Martinet (maig i octubre).
- Fira del Cavall de Puigcerdà (novembre).
- Fira d'Antiquaris i Brocanters de Puigcerdà (Setmana Santa).

Les festes **tradicionals** més destacables de la comarca són:

- Festa dels Tres Tombs a Bellver de Cerdanya, per Sant Antoni Abat.
- Ballets de Talló (dilluns de Pasqua).
- Ball de les Rentadores per la Festa Major de Riu. (agost).
- Carnestoltes de Bellver i Alp.

Concerts musicals més esperats, són:

- Festival de Música Clàssica a Llivia (agosts i desembre).
- Trobada d'acordionistes a Guils i a La Molina (agost).
- Festival de Música Antiga dels Pirineus FEMAP (juliol i agost).
- Festivals de Música clàssica a la Baga.
- Cicle de Jazz de Bolvir (agost).

Per altra banda, cada any a Cerdanya es celebren importants esdeveniments esportius:

Campionats i curses d'esquí:

- Descens Infantil a La Molina (gener).
- Nocilla Cabirol Minifreestyler & World Snow Day (gener).
- Trofeu Pista Pista – Audi Quattro Cup a La Molina (gener).
- Cursa Cargol de Neu a Masella (gener).
- Cursa Picarol de Neu a Masella (febrer).
- Crononiú a La Molina (febrer).
- Trofeu Vila de Llivia Interclubs a Masella (març).
- Finals Europe Cup FIS Alpí (SL/GS) a La Molina (març).
- La Molina – Vallter Ski Marathon (març).
- Trofeu Memorial Pepeta Planas a La Molina (abril).
- TriSnow La Molina (abril).

Curses esportives populars:

- Compressport Play and Train a Alp (gener).
- Puigcerdà - Cerdanya Skyline, cursa de muntanya (març).
- Challenge Cerdanya MTB a Puigcerdà (maig).
- Marxa Cicloturista de les 3 Nacions (juny).
- Cursa Popular d'Age (agost).
- Cursa Dream Runners Puigcerdà (agost).
- Marxa nocturna popular a Bellver (agost).
- Travessa de l'estany federada i Popular a Puigcerdà (agost).
- Talltendre Vertical (agost).
- Ultra Cerdanya a diverses poblacions de Cerdanya (setembre).
- Salomon Ultra Pirineu a La Molina i Bellver (setembre).
- Mitja Marató a Puigcerdà (octubre).
- Cursa de Sant Silvestre a Puigcerdà (desembre).
- Pyrenees Ice Swimming Festival al llac de Puigcerdà (març).

Campionats esportius **anuals**:

- Copa Puigcerdà de patinatge sobre gel (febrer).
- Trofeu Memorial de natació Ramon Condomines a Puigcerdà (març).
- Festival de gimnàstica rítmica, memorial Sara Martínez a Puigcerdà (maig).
- Futsal Copa Cerdanya que es celebra a Puigcerdà, Alp, Bolvir i Bellver (juny).
- Cerdanya Copa Fútbol Base a Puigcerdà (juny).
- Campionat Nacional de Vol a Vela (juliol).

- Campionats de Vol a Vela QSGP Sailplane Grand Prix Cerdanya (abril i setembre).
- Campionats i concursos nacionals i internacionals de vol acrobàtic.
- Ral·li de Muntanya: Pujada Alp - Masella (juliol).
- Ruta Hípica de Cerdanya a Puigcerdà. Concurs Nacional de Salts i Doma Clàssica (juliol).
- Obert Vila de Puigcerdà Tennis Absolut (federat) i Open Cerdanya no federat a Puigcerdà (agost).
- Trofeu Internacional de Curling a Puigcerdà (octubre).
- Torneig hoquei gel Vila de Puigcerdà de veterans (novembre).

2. LA CERDANYA, DESTÍ TURÍSTIC TOT L'ANY

Durant tot l'any, la comarca de Cerdanya és l'escenari perfecte per practicar tota mena d'activitats lúdiques a l'aire lliure. Els 365 dies de l'any, la vall és un bon destí turístic per gaudir de la natura i desconnectar del soroll i el trànsit de la ciutat.

Durant la temporada d'**hivern**, els amants de la neu tenen una cita imprescindible a la comarca, que compta amb un total de 5 estacions d'esquí (dues d'esquí alpí i tres d'esquí nòrdic), on grans i petits poden gaudir de les pistes en un entorn inigualable.

Amb l'arribada del bon temps la vall es presenta com l'entorn ideal per jugar a golf, tant a la **primavera** com a l'**estiu**. Actualment hi ha tres clubs d'alt nivell que compten amb grans camps adaptats a les necessitats i nivells de tots els jugadors: Real Club de Golf Cerdanya, Fontanals Golf i Club de Golf Sant Marc.

Ja als mesos de **tardor**, els bolets es converteixen en els protagonistes de la vall. La diversitat fúngica aplega unes 1.500 espècies, majoritàriament de bosc subalpí i prat de dall, primaverals o tardorals. Per tradició i qualitat gastronòmica, destaquen el cep, la cremallola o moixeriga, el moixeró de primavera, el rossinyol, la mocosa banca, el rovelló, el fredolic i el camagroc. Un bolet comestible relativament freqüent a Cerdanya, però rar o inexistent en gran part de la geografia catalana, és el morillot o camallarg (*Verpa bohemica*). El Bosc de Meranges és un dels molts indrets de la Cerdanya on collir-los. Els boletaires s'hi troben marçots, pinetells, rovellons de pi negre, rossinyols, cama-secs...

Però l'oferta lúdica no s'acaba aquí. En el transcurs de l'any es pot viure la Cerdanya de ben a prop, tot coneixent la seva història, visitant els seus museus, descobrint els edificis més emblemàtics i estan en contacte amb la natura, la vall i els paisatges infinits que meravellen els visitants.

3. RECOMANEM

1.3. ELS PRINCIPALS LLOCS D'INTERÈS

1 - *Puigcerdà*

Vila fundada al s. XVII pel rei Alfons I, és la capital de Cerdanya. Al mig de la Vila s'alça el Campanar, una imponent torre octogonal de 35m. d'alçada del s. XVII, de l'antiga església Santa Maria, a la que s'hi pot pujar i gaudir d'una panoràmica de la comarca excel·lent. La casa de la Vila i el mirador de Cerdanya, l'església i el claustre de Sant Domènec del s. XIV, la plaça del Call, edificis de l'època colonial d'estil eclèctic com el casino Ceretà, l'Estany de Puigcerdà esmentat per primer cop al s. XIII, junt amb el parc Shierbeck amb abundant vegetació i fauna. Puigcerdà és també un important centre comercial.

2 - *Alp - La Molina - Masella*

Alp és un municipi turístic per excel·lència del qual destaquem La Tosa d'Alp amb les dues estacions d'esquí de La Molina (pionera al nostre país) i Masella, que conformen el domini esquiable Alp 2500.

El poble, és un nucli urbà molt pintoresc que compta amb l'església de Sant Pere d'origen romànic. A prop del poble d'Alp, es troba el singular edifici de la Torre de Riu, un mas fortificat documentat ja en època medieval, a finals del s. XIX, que va ser transformat en castell d'inspiració romàntica.

3 - *Llívia - Farmàcia Esteva i nucli urbà*

Llívia és la vila més antiga de la comarca, anomenada Antiga Lulia o Lybica romana. Destaca la singularitat de ser un enclavament espanyol en territori francès, arrel del Tractat dels Pirineus.

És interessant visitar el nucli antic, declarat d'interès cultural, format per l'edifici de la rectoria, l'església de la Marede Déu dels Àngels del s. XVI (on actualment es celebren els Festivals de Música de Llívia), la Torre Bernat de So (antiga presó) i el Museu Municipal on es pot visitar una exposició d'objectes de l'antiga Farmàcia Esteva del s. XV, considerada una de les més antigues d'Europa. A 2 Km del centre, destaquem també les restes de l'antic Castell de Llívia.

4 - *Bellver de Cerdània - Barri de la Plaça i Santa Maria de Talló*

Bellver, capital de la Batllia, abans de ser una vila era un castell que formava part d'una línia de fortificacions. Destaca el seu nucli antic o Barri de la Plaça, amb molt d'encant, format per la plaça del Portal, el carrer del Mig i la plaça Major amb porxos, on es troba l'edifici de l'antiga duana del s. XVI, actualment restaurat, al costat de l'Ajuntament.

Al mateix municipi es troba la basílica de Santa Maria de Talló del s. X, l'església romànica més gran de la comarca. Altres pobles d'interès del municipi són Santa Eugènia de Nerellà, Baltarga, Talltendre, Éller i Bor.

5 - *Camí de Sant Jaume - Nostra Senyora de Quadres (Isòvol)*

Via secundària del conegut "Camino de Santiago", va ser la variant d'entrada a la Península dels peregrins de l'Europa meridional. Aquest camí, d'interès turístic i cultural, travessa la plana cerdana entre prats, conreus i vegetació de ribera, des d'on es gaudeix d'espectaculars vistes d'una de les valls més boniques d'Europa.

Del recorregut en destaquem l'església de la Mare de Déu de Quadres del s. XIII al XIV, que va ser un "Domus Hospitalis", capella d'un hospici de viatgers situat al Camí Ral, Vía Francisca o Camí de Sant Jaume.

Una part del recorregut del Camí de Sant Jaume transcorre pel terme municipal de Bolvir, on es va instaurar el primer camp de golf de la comarca. De Bolvir destaquem l'Espai Ceretània i el Castellot de Bolvir: espai arqueològic d'un antic assentament iber de 2.500 anys enrere.

6 - *Meranges - Estany de Malniu*

Meranges (1.550m), es troba enclavat a Valltova o la vall del riu Duran, en un entorn de muntanya al peu del Puigpedrós.

Del poble destaca l'església de Sant Serni, un temple romànic del s. XI que conserva un pantocràtor policromat a l'interior. Al costat mateix hi ha el Museu de l'Esclop, que ens explica com feien aquest antic calçat, molt utilitzat pels habitants de la comarca.

Meranges és un dels municipis més visitats de la comarca per les nombroses excursions a l'estany de Malniu (2.240m), el circ glacial d'Engorgs (2.375m) i el Puigpedrós (2.914m).

7 - *Músser i Arànses*

Músser, a 1.305 m d'alçada, és un dels poblets amb més encant de la comarca, on hi trobem l'església romànica de Sant Fructuós amb unes curioses pintures "naïf" a l'interior.

Arànses és un altre poble de muntanya a 1.500m, emplaçat a la vall del riu del Molí. A prop trobem l'estació d'esquí nòrdic d'Aransa, que s'ha convertit en un dels llocs més idíl·lics de la zona per la pràctica d'aquesta modalitat d'esquí, així com per gaudir de l'entorn amb boscos de pi negre i els estanys de La Pera.

8 - *Lles - Cap de Rec*

Excel·lent ruta d'alta muntanya fins al refugi de Cap del Rec (1.987m), on gaudir d'unes magnífiques panoràmiques de la comarca amb vistes al Cadí i al Baridà. Un lloc atractiu amb boscos de pi negre, torrents a peu de la Tossa Plana de Lles (2.916m), i els Llacs de la Pera. Destaquem també l'estació d'esquí nòrdic de Lles, on gaudir de l'entorn.

9 - *Parc Natural del Cadí Moixeró*

Indret de gran bellesa, es troba dins de la classificació de parc de muntanya per la seva alçada entre els 800 i els 2.648m. Les dues grans serralades del Cadí i Moixeró, unides pel coll de Tancalaporta, formen una impressionant barrera muntanyenca al Prepirineu, amb una extensió de més de 30 Km. Els seus vessants, formen cingleres escarpades amb parets verticals i valls profundes al Cadí, i canals abruptes al Moixeró.

A la Serra del Cadí, entre els seus paratges de gran bellesa i atractiu especial, trobem la roca de l'Orquider, al vessant nord, que domina l'ampli prat de Cadí, i el Puig de la Canal Baridana que és el punt culminant de la Serra i del Parc.

La vegetació del Parc és de gran interès, ja que les variades condicions climàtiques i d'altitud permeten l'existència d'espècies alpines, eurosiberianes i mediterrànies.

La fauna, amb més de 249 espècies de vertebrats i una gran quantitat d'invertebrats, gaudeix d'un protagonisme especial. Entre els mamífers destaquem l'isard, el cérvol i el cabirol, i altres com la marta, l'ermini i la marmota. Darrerament, destaquem la tornada d'una nova espècie, el llop. Entre els ocells destaquem el trencalòs, el gall fer i el picot negre. Entre els rèptils hi ha el llargardaix verd i la serp verd i groga, i entre els amfibis el tritó pirinenc i la granota roja.

Entre els punts d'interès del Parc Natural, destaquem el senderisme. Els recorreguts més recomanats són:

- El GR150 que dona la volta al Parc amb una variant que segueix la carena, el GR 150-1.
- El Camí dels Bons Homes, que ressegueix indrets històrics per on van passar els càtars.
- El Camí dels Segadors que va de Gósol a Bellver pel pas de Gosolans i el prat d'Aguiló.
- Sortint d'Estana cap a prat de Cadí, i ascensió al Cadí per la Canal de Cristall.
- Del Coll de Pal al Puigllançada i el cim de la Tosa pel serrat Gran.
- Itinerari de natura: la ruta del trencapinyes i l'itinerari de la llúdriga.

També recomanem altres recorreguts que es poden fer:

- Recorregut en bici: Volta al Parc en BTT i Volta de cicloturisme al Parc.
- Recorregut en tot terreny: de Riu de Cerdanya al refugi del Serrat de les Esposes, mirador del cap del Ras, refugi de l'Inglà i descens per la vall fins a Bellver.
- Recorregut en cotxe: de La Molina a La Pobla de Lillet passant pel Coll de la Creueta i Castellar de n'Hug.

10 - *Estana - Prat de Cadí - Nostra Senyora de Bastanist*

Dins del terme municipal de Montellà – Martinet trobem Estana (1.500m), petit poblet de muntanya situat en un contrafort rodejat de boscos i prats, amb el majestuós Cadí com a teló de fons. Des d'aquí es domina pràcticament tota la muralla septentrional d'aquesta serra calcària prepirinenca, des d'on es pot iniciar l'excursió a peu fins a prat de Cadí, un altre dels indrets únics de la comarca, d'obligada visita.

A 8 Km d'Estana, trobem el santuari de Nostra Senyora de Bastanist, entre paratges de densa vegetació a peu del Cadí.

Un altre indret a destacar del municipi de Montellà – Martinet, és el Parc dels Búnquers de Martinet, anomenada línia dels Pirineus.

11 - *Recorregut per Cerdanya francesa*

Aquest itinerari permet conèixer la Cerdanya francesa o Alta Cerdanya. Sortint de la Guingueta d'Ix (Bourg-Madame) en direcció Sallagosa, hi ha el poble d'Ix on destaca l'església romànica de Sant Martí.

A 8 Km hi ha Sallagosa, un dels pobles més atractius i típic francès de la zona. Continuant per la carretera s'arriba a Mont-Lluís, poble fortificat a més altitud de França, on sobresurten les muralles, la ciutadella i el primer forn solar de la comarca.

La tornada cap a Puigcerdà, es pot fer passant per Font-Romeu, típic poble d'hivern d'aquesta zona de França. D'aquí s'arriba fins a Odeilló, on hi ha el Forn Solar més gran d'Europa amb un espai visitable. Altres pobles fins arribar a Puigcerdà són Angostrina i Ur.

En aquesta zona disposem d'un gran nombre d'estacions d'esquí alpí i nòrdic, que permeten als visitants gaudir de la neu alternant diferents indrets, en un radi entre 30 i 40Km des de Puigcerdà: Eyne (esquí alpí), Sant Pere dels Forcats (alpí), Font-Romeu (alpí i nòrdic), Pyrénées 2000 (alpí i nòrdic), Coll de la Llosa (nòrdic), La Quillane (alpí), Capcir (nòrdic), Les Angles (alpí), Formiguères (alpí), Puyvalador (alpí) i Porté Puymorens (alpí).

12 - *La Gran Volta Cerdanya*

Es tracta d'un circuit que transcorre pels antics camins que comunicaven els pobles d'alta muntanya de la comarca. Aquest traçat de muntanya, entre els mil i dos mil metres d'alçada, es pot dur a terme pràcticament tot l'any, fins hi tot a l'hivern quan els camins queden totalment coberts de neu.

La finalitat del recorregut és donar a conèixer el territori, els seus pobles, la seva gent, l'oferta cultural amb el patrimoni arquitectònic, les tradicions, costums, gastronomia... També és un recorregut idoni per gaudir de la natura amb la flora i fauna.

Des de l'any 2012 es celebra la cursa la Gran Volta Cerdanya, amb 120Km i un desnivell acumulat de 5.824m. Cada dos anys es celebra la Volta Cerdanya Ultra Fons amb 214 Km. Aquest esdeveniment reuneix un centenar d'esportistes d'arreu, molts d'ells acompanyats de familiars o amics, creant un ambient de participació i emoció durant tot el cap de setmana. Durant els primers anys, la cursa es duia a terme durant el mes de juliol, però a partir d'ara es celebrarà durant el mes de setembre.

13 - *El Camí dels Bons Homes*

El Camí dels Bons Homes és un camí que antigament era utilitzat pels còtars com a rutes de migració durant els segles XIII i XIV, tot travessant els Pirineus. Aquest itinerari segueix el sender de Gran Recorregut GR 107. Aquest s'inicia al Santuari de Queralt, a la ciutat de Berga i arriba al Castell de Montsegur i l'Arieja (França).

Es recorregut es pot fer a peu, a cavall i en la majoria de trams, en BTT. La millor època de l'any per dur-la a terme és d'abril a novembre. Del recorregut cal destacar les panoràmiques del massís del Pedraforca i el Cadí i fer un mossec al salt d'aigua el Molí del Salt.

La ruta transcorre en un total de 189 Km, és una ruta lineal de dificultat mitja - alta si es fa a peu, i de dificultat alta si es fa en BTT. La ruta travessa les comarques del Berguedà, Cerdanya, l'Alt Urgell, el Solsonès i l'Arieja (França). Cal destacar que aquesta ruta té cura dels aspectes relacionats amb l'eco turisme.

3.2. TURISME ACTIU

Cerdanya és una vall privilegiada per a la pràctica de l'esport al llarg de tot l'any. Les seves característiques físiques i climàtiques, les seves immillorables instal·lacions i la gran oferta del sector, conviden a practicar tota mena d'activitats esportives emmarcades en un entorn incomparable.

Durant la temporada d'hivern es pot gaudir de la neu, fent esquí alpí i nòrdic, o bé fer excursions amb raquetes de neu o esquís de muntanya. Amb tot, la comarca també compta amb un ampli ventall de propostes per a tota la família.

Però l'oferta no acaba aquí, ja que la comarca també disposa d'un Aeròdrom per als amants dels esports aeris i un gran nombre d'activitats d'aventura per als més agosarats, com: bicicleta de muntanya, excursions a cavall, espeleologia, tir amb arc, quads, bugies, segway, parc d'aventura als arbres, escalada, golf..., etc.

Tot seguit es descriu amb detall totes les activitats i infraestructures lúdiques i esportives que hi ha a la comarca:

3.2.1. Estacions d'esquí Alpí

Cerdanya es caracteritza per la seva llarga tradició en el món de l'esquí alpí, gràcies a les estacions de La Molina i Masella.

La Molina

Estació degana dels esports d'hivern a Espanya, es caracteritza pel seu esperit esportiu i modern. La majoria de la seva extensió està situada a Cerdanya. Amb una cota màxima de 2.537 m i una mínima de 1.700 m, en total disposa de 67 km de pistes d'esquí i una innivació artificial de 28 km (46% de l'àrea esquiable). De les 61 pistes d'esquí alpí, 17 són verdes, 18 blaves, 19 vermelles i 7 negres. Compta, a més, amb un snowpark de grans dimensions, el super pipe més gran dels Pirineus, 14 remuntadors mecànics i diverses zones especials: pista de trineus, snowparks, pistes de raquetes de neu, estadis FIS, entre d'altres.

Entre els diferents serveis a pistes i a peu de pistes, ofereix: 8 escoles d'esquí, 1 centre d'esports adaptats, 6 bars i restaurants, 3 zones infantils i parcs de neu, 3 taquilles, 1 centre d'informació i reserves, 7 pàrquings, 1 bus intern, 1 centre mèdic i un establiment de lloguer de material d'esquí. Dins l'oferta lúdica per al públic no esquiador ofereix un gran nombre d'activitats: excursions en màquina trepitjaneu, raquetes de neu, segway sobre neu o circuits de múixing.

Finalment, és important remarcar la llarga trajectòria de La Molina en esdeveniments internacionals, com la Copa del Món d'Esquí Alpí l'any 2008, els Campionats del Món de snowboard durant el 2011 o els Campionats del Món d'Esquí Alpí per a discapacitats durant el 2013. Per tant, un llarg passat al darrera i un futur brillant a l'esdevenidor.

Informació de contacte:

LA MOLINA
Edifici Telecabina Alp 2500, Pàrquing 1
17537 La Molina - Alp (Girona)
Tel. 972 892 031
Tel. Blac: 972 892 164 (24h. InfoNeu)
lamolina@lamolina.cat
www.lamolina.cat

Masella

Es troba a la muntanya de la Tosa, 2.535 m, a la comarca de Cerdanya, entre els termes municipals d'Alp, Das i Urús. En total, disposa de 74 km i 65 pistes, entre les quals: 9 són verdes, 24 blaves, 23 vermelles i 9 negres. L'estació té 18 remuntadors, 5 telecadires, 7 telesquís, 4 cintes transportadores i 2 telecordes. Amb un desnivell de 935 m, la cota màxima se situa a 2.535 m i la mínima, a 1.600 m. Compta, a més, amb 536 canons de neu, 935 m desnivell de pistes innivades i 45 Km de pistes amb neu produïda.

Aquesta estació s'ha convertit en la capital de l'esquí nocturn dels Pirineus. De nit, amb la il·luminació de les pistes, Masella es transforma, i és el moment de gaudir de la màgia de la nit. Esquiar en horari nocturn és tota una experiència que s'ha de viure. Masella és l'estació amb més kilòmetres il·luminats de tot el Pirineu.

Entre els principals serveis que ofereix, destaquen: zones de restauració (bars, cafeteries, restaurants, àrees de pícnic), lloguer de material, armaris guarda esquís, espai de snowboard, servei mèdic, escola d'esquí i snowboard, jardí de neu i una botiga de complements d'esquí.

Informació de contacte:

MASELLA
Av. Peu de Pistes, s/n
17538 Masella - Alp (Girona)
Tel. 972 144 000
masella@masella.com
www.masella.com

La Molina + Masella

La unió de les estacions d'esquí de La Molina i Masella i forma un dels dominis esquiables més grans dels Pirineus, amb 141km de pistes.

El telecabina Alp 2500 és el remuntador encarregat de connectar ambdues estacions. En només 8 minuts cobreix els gairebé 3 km que separen l'aparcament de Cap de Comella de La Molina de la cota 2.340 a la Tosa d'Alp. En total compta amb 119 pistes, de les quals: 22 són verdes, 41 blaves, 40 vermelles i 16 negres. Els seus 32 remuntadors tenen capacitat per transportar 41.180 esquiadors per hora. La xarxa de neu produïda, amb 962 canons de neu, cobreix un total de 69 km de pistes.

3.2.2. Estacions d'esquí nòrdic

Pel que fa referència a l'esquí nòrdic, Cerdanya també és escenari de 3 estacions: Guils Fontanera, Lles i Aransa.

Guils Fontanera

Oberta l'any 1993, és una estació de titularitat municipal de l'Ajuntament de Guils de Cerdanya. És una àrea amb moltes possibilitats pels aficionats a l'esquí de fons, gràcies a la seva situació geogràfica en un vessant d'influència atlàntica.

En total compta amb 45 km de pistes, amb una xarxa de 25 possibles circuits independents i intercomunicades, de dificultat i nivell divers: 6 verdes, 3 blaves, 7 vermelles i 1 negra. Cota mínima 1.905m i màxima 2.080m. L'estació disposa d'una gran oferta d'activitats pensades per a tots els públics: circuits de raquetes de neu, parc de neu infantil, escola d'esquí i zona de trineus per a nens.

Informació de contacte:

GUILS FONTANERA
17528 Guils de Cerdanya (Girona)
Tel. 972 197 047
fontanera@guils.com
www.guils.com

Lles

Situat a la part més occidental de la comarca, davant de la Serra del Cadí, ofereix excursions de muntanya, entre les que destaquen: Estanys de la Pera, Tossa Plana de Lles (2.916 m), Estany de l'Orri, GR-11 variant 10 (Transpirinenca), Estanys de Setut, GR 107 (Camí dels Bons Homes). En total compta amb 36 km de pistes: 4 verdes, 5 blaves, 6 vermelles i 2 negres.

Informació de contacte:

LLES DE CERDANYA
25726 Lles de Cerdanya (Lleida)
Tel. 973 293 100
estacio@lles.net
www.lles.net

Aransa

L'estació d'esquí d'Aransa es troba a la vessant sud del Pirineu, a la comarca de Cerdanya, a 5 km del poble d'on pren el nom. Els circuits de l'estació transcorren per frondosos boscos de pi negre i travessen prats d'alta muntanya.

Tot i que l'esquí nòrdic és l'activitat principal de l'estació amb 31 km de pistes, també s'hi poden fer excursions amb raquetes de neu (15 km d'itineraris) i, a l'estiu, gaudir de l'àmplia xarxa de senders que es poden recórrer a peu o amb BTT. L'estació disposa d'aparcament, restaurant, cafeteria i allotjament.

Informació de contacte:

ARANSA
25726 Aransa (Lleida)
Tel. 973 293 051
aransaesqui@gmail.com
www.aransaesqui.cat

3.2.3. Golf

El golf és una de les activitats lúdiques que es poden dur a terme a Cerdanya, en família o amb amics. Actualment hi ha 3 clubs d'alt nivell on els amants d'aquest esport poden gaudir al màxim: Real Club de Golf de Cerdanya, Fontanals Golf i Club de Golf Sant Marc.

Real Club de Golf de Cerdanya

Situat als Pirineus, en plena vall de la Cerdanya, a 1.200m d'altitud, brinda una bellesa espectacular amb un magnífic traçat pel joc de qualitat i un arborat únic. Compta amb dos recorreguts: l'un de 18 forats (Par 71) i l'altre de 9 (Par 36). El traçat es caracteritza per uns forats no massa llargs i estrets, envoltats de gran varietat d'arbres que protegeixen els carrers.

Els jugadors han de tenir gran precisió en el seu joc, ja que es troba ben a prop dels fora límits i els seus "greens" són petits i envoltats de búnquers. Per altra banda, el recorregut més petit compta amb forats de gran superfície amb llacs i poc arborat. Els seus carrers són amples i no presenten gran dificultat. Els "greens", de gran mida, estan envoltats de búnquers.

Pel que fa als serveis, disposa de bar i restaurant, lloguer de pals, carrets, carrets elèctrics i cotxes de golf. Vestuaris, camp de pràctiques, paddle, tenis, piscina i squash. Està obert tot l'any.

Informació de contacte:

REAL CLUB DE GOLF DE CERDANYA
Apartat de Correus, 63
17539 Bolvir (Girona)
Tel. 972 141 408 - 972 141 040 - Fax 972 881 338
info@rcgcerdanya.com
www.rcgcerdanya.com

Fontanals Golf

Inaugurat l'any 1995 al poble de Soriguerola, Fontanals Golf es troba en un marc natural incomparable. Tant el seu recorregut com les seves instal·lacions estan plenament integrades dins la vall de Cerdanya, quedant ben comunicada per carreteres i xarxa ferroviària, a menys de 2h. de Barcelona en cotxe.

Fontanals Golf està pensat per a què jugadors de tots els nivells puguin trobar el seu propi repte personal. Ofereix un recorregut que es divideix en dues parts: els primers 9 forats tenen un disseny tradicional i els 9 últims es caracteritzen per un disseny més modern a l'estil "Floridià" (camps de Florida) amb més aparició de llacs i búnquers durant el recorregut.

Entre els diferents serveis que s'ofereixen, destaquen: restaurant, snack-bar, piscina climatitzada, sauna, banys turcs, servei de massatge, gimnàs, pista poliesportiva, pistes de tenis i de paddle, botiga de golf, escola de golf, recorregut 3 forats escola, lloguer de material, lloguer de caddy-cars, motos i carrets elèctrics. Obert tot l'any excepte el 25 de desembre, l'1 de gener i tots els dimarts del 15 de setembre al 15 de juny.

Informació de contacte:

FONTANALS GOLF
Soriguerola
17538 Fontanals de Cerdanya (Girona)
Tel. 972 144 374 - Fax. 972 890 856
info@fontanalsgolf.com
www.fontanalsgolf.com

Golf Sant Marc

El Golf Sant Marc està ubicat al terme municipal de Puigcerdà, concretament a la finca de Sant Marc, on també es pot trobar un petit hotel amb encant, un restaurant de reconegut prestigi i un centre hípic. Es tracta, doncs, d'un complex esportiu familiar amb molt d'encant.

El Golf Sant Marc, dissenyat per Enrique Saenger-Golf Project, disposa d'un magnífic camp de golf de 18 forats executive amb una longitud aproximada de recorregut de 3.000 metres.

Els forats projectats s'adapten a l'orografia de l'entorn i s'integren en la vegetació autòctona de Cerdanya. Es caracteritza sobretot pels dos llacs, els búnquers i altres obstacles que es troben al llarg del recorregut, els quals embelleixen el traçat i, alhora, el dificulten. Es tracta d'un camp exigent en un entorn únic i excepcional.

El complex compta amb un camp de pràctiques il·luminat i cobert, putting green, zona d'approach, Caddie Master, Casa Club, vestuaris amb dutxes, golf Pro-shop, restaurant, cafeteria amb terrassa, cambra de pals, lloguer de material, lloguer de carros elèctrics, escola de golf, activitats infantils i organització d'esdeveniments i campionats.

Informació de contacte:

GOLF SANT MARC

Camí de les Pereres, s/n

17520 Puigcerdà - Girona

Tel. 972 883 411 - Fax. 93 487 02 01

info@golfpuigcerda.com - www.golfsantmarc.com

3.2.4. Parc Natural del Cadí Moixeró

El Parc Natural de Cadí – Moixeró compta amb 41.060 hectàrees repartides en 3 comarques: l'Alt Urgell, el Berguedà i Cerdanya. Comprèn el conjunt orogràfic prepirinenc integrat per les serres del Cadí i del Moixeró, el massís del Pedraforca i bona part dels de la Tosa i el Puigllançada.

L'any 1982, en l'àmbit europeu, el Parc va ser declarat Zona d'Especial Protecció de les Aus (ZEPA) i l'any 2003 es va aprovar el seu ingrés a la regió alpina dins la xarxa Natura 2000. Es tracta d'un indret de gran bellesa. Les seves altituds oscil·len entre els 800 m, al fons de les valls, i els 2.648 m al punt culminant. Les dues grans serralades del Cadí i Moixeró, unides pel coll de Tancalaporta, formen una impressionant barrera muntanyosa al Prepirineu.

La **vegetació** del Parc, amb més de 1.500 tàxons de plantes superiors, és de gran interès, ja que les variades condicions climàtiques i d'altitud permeten l'existència d'espècies alpines, eurosiberianes i mediterrànies. Les parts més altes, a partir dels 2.000 m, estan cobertes de prats alpins, formats bàsicament per un gran nombre d'espècies de gramínies i flors vistoses. Més avall, a l'estatge subalpí, es troben boscos de pi negre. A l'estatge montà hi ha boscos de faig, mentre que bona part dels solells són ocupats pel roure martinenc i l'alzina.

La **fauna** gaudeix d'un protagonisme especial, amb més de 249 espècies de vertebrats i una gran quantitat d'invertebrats. Entre els mamífers destaca l'isard, el cérvol, l'ermini, la marta, la marmota i la musaranya nana. Actualment ha tornat a aparèixer una nova espècie: el llop, amb un únic exemplar detectat el 2003. Entre els ocells es poden trobar grans rapinyaires, com el trençalòs, l'àliga daurada o el voltor comú. Als boscos vells de coníferes hi ha dues espècies relictas del període glacial, el gall fer i el picot negre, que és el símbol del Parc Natural. Pel que fa als rèptils, esmentar dues espècies pròpies d'hàbitats humits: el llargardaix verd o lluert i la serp verd-i-groga. Entre els amfibis destaca el tritó pirinenc i la granota roja. Als cursos de l'aigua viuen únicament tres espècies autòctones de peixos: la truita, el barb de muntanya i el barb roig.

Al Parc es poden fer **activitats** a l'aire lliure com excursionisme, recorreguts amb bicicleta i amb vehicle tot terreny, escalada, caça i pesca i itineraris amb guia.

3.2.5. Camins de Cerdanya

Cerdanya es presenta com el destí ideal per descobrir rutes de senderisme. És un paradís on els senderistes recorren muntanyes, boscos, valls, rius i rierols, llacs... tot un món en plena natura apte per a tots els públics i nivells.

Cerdanya posa a l'abast dels senderistes infinites opcions: senders de gran recorregut (GR), senders de petit recorregut (PR) i altres rutes totalment senyalitzades que completen l'oferta de senders en recorreguts de diferents nivells de dificultat. Les oficines de turisme de la vall disposen de fulletons específics amb la descripció de totes les rutes que es poden fer. Entre les excursions més populars destaquen: els estanys de Meranges, els estanys de la Pera, les Bulloses, Prat de Cadí, i diverses rutes temàtiques o històriques de gran bellesa i valor, com el camí dels Bons Homes i el camí de Sant Jaume, entre moltes altres.

Tot seguit, s'especifiquen les principals característiques de les rutes històriques i temàtiques, els senders i camins de Cerdanya:

3.2.5.1. Rutes Històriques i Temàtiques

Camí de Sant Jaume

El Camí de Sant Jaume és una ruta que porta fins a Compostela, on a principis del segle IX es van descobrir les restes de l'apòstol Sant Jaume. En aquell moment, es va despertar un fervor religiós: els devots peregrinaren en direcció a Santiago de Compostela per purificar-se i adorar les relíquies del sant màrtir.

Les rutes que porten a Compostela convergeixen en dos camins principals: l'aragonès i el navarrès, aquest darrer entra des de França per Roncesvalles i arriba fins a Puente de la Reina, on s'uneix amb la ruta aragonesa que ve de Somport passant per Jaca. En aquestes vies principals conflueixen multitud de vies secundàries, una d'elles recull la gent procedent de l'Europa meridional que entra pels colls de la Perxa i Pimorent, conflueix a Sant Jaume de Rigolisa (Puigcerdà), creua Cerdanya i continua travessant els Pirineus en direcció a Jaca, on enllaça amb una de les vies principals.

Una part del camí de Sant Jaume passa per Cerdanya, tram que es divideix en 5 parts:

- **Tram 1:** de 7,4 km, va de **Santa Maria de Llivia** (Llivia) fins a **Sant Jaume de Rigolisa** (Puigcerdà). Al llarg del recorregut, **d'1 hora i 30 minuts** aproximadament, es pot visitar l'església de la **Mare de Déu dels Àngels**, la torre Bernat de So, el casc antic i el Castell de Llivia, i al poble d'Ur, l'església de Sant Martí d'Ur.
- **Tram 2:** va de **Sant Jaume de Rigolisa** fins a **Nostra Senyora del Remei** (Bolvir), té una distància de 7,75 km, que es pot recórrer en **1 hora i 28 minuts**. Entre els principals punts d'interès destaquen: el **campanar de Santa Maria**, la plaça Cabrinetty, l'antic convent de Sant Domènec i l'església de Sant Jaume de Rigolisa, a Puigcerdà. A Guils es pot veure el pont de Sant Martí i a Bolvir, l'església de Nostra Senyora del Remei.
- **Tram 3:** de 9,80 km, va de **Nostra Senyora del Remei** (Bolvir) fins a **Nostra Senyora de Quadres** (Isòvol). Els senderistes poden fer parada a Bolvir, per veure l'església de Santa Cecília; a Saga, per descobrir l'església de **Santa Eugènia**, o a Isòvol per admirar l'ermita de Nostra Senyora de Quadres, entre d'altres. Durada: **1 hora i 40 minuts**.

- **Tram 4:** de **Nostra Senyora de Quadres** a **Sta. Maria de Talló** (Talló) - 6 km que es recorren en **1 hora i 20 minuts**. En els entorns del traçat, es pot visitar l'església de Sta Maria a Mosoll, l'ermita de **St Salvador de Predanies a Prats**, l'església de St Andreu a Baltarga, la cova de la Fou de Bor, l'església de St Serni de Coborriu, la Torre de Cadell, la Vall de l'Inglà i el Camí dels Bons Homes a Bellver.
- **Tram 5:** d'11,56 km, amb una durada de **2 hores i 33 minuts** aproximadament, va de **Sta Maria de Talló** a **Martinet**. Els punts d'interès són: el nucli antic a Bellver, l'església de **Sta Eugènia** a Santa Eugènia, St Martí dels Castells i el Parc dels Búnquers de Martinet.

Camí dels Bons Homes

El Camí dels Bons Homes és un itinerari turístic entre el santuari de Queralt a Berga, i el castell de Montsegur (Arieja) a França. Aquest recorregut brinda la possibilitat de recórrer les rutes de migració que van utilitzar els càtars (o bons homes) durant els segles XIII i XIV quan fugien de la croada i la inquisició, promoguda per l'església catòlica de Roma amb l'ajuda del Rei de França.

El CBH és un sender de Gran Recorregut (GR 107) que es pot fer a peu, a cavall, i en la majoria de trams, en bicicleta de muntanya. A més, existeix una variant del camí que passa pel Solsonès, des de Gósol arriba fins al santuari el Miracle i segueix majoritàriament el GR 7.

3.2.5.2. Rutes entre poblacions.

Aquestes són rutes, totalment senyalitzades sobre el terreny, que es poden fer a peu, a cavall i en BTT. Totes tenen diferent nivell de dificultat, pensades per a totes les edats i èpoques de l'any:

1. Alp - Sanavastre - Alp

Es tracta d'una ruta ideal per a aquelles persones que volen gaudir d'una volta suau i fàcil per la plana de la vall, per camins sense cap dificultat.

- Punt de sortida: oficina de turisme d'Alp.
- **Distància:** 16,6 km.
- **Temps:** 1 h 30 min.
- **A peu:** 4h.
- Llocs d'interès: ecosistema de Sanavastre (forat de la mina), Sansor, Prats, Mosoll (ermita), Alp.
- Punts d'aigua: Sanavastre, Mosoll, Alp.
- Ciclabilitat: 100%
- **Dificultat:** baixa.

2. Sanavastre - Puigcerdà

Recorregut suau i fàcil que transcorre per camins i asfalt sense cap dificultat, que voregen l'aeròdrom. Es recomana tenir especial cura a l'hora de travessar la carretera general, a prop de Puigcerdà.

- Punt de sortida: plaça Major de Sanavastre.
- **Distància:** 12,5 km.
- **Temps:** 1h.
- **A peu:** 3h.
- Llocs d'interès: Queixans, Puigcerdà.
- Punts d'aigua: Queixans, Puigcerdà.
- Ciclabilitat: 100%
- **Dificultat:** baixa.

3. Puigcerdà - Bolvir - Puigcerdà (Ruta dels Molins)

Aquest recorregut és fàcil i té lloc pels voltants de Puigcerdà, per camins frondosos. El retorn del circuit de Bolvir a Puigcerdà coincideix amb el Camí de Sant Jaume. És important vigilar a l'hora de travessar la carretera general a Bolvir.

- Punt de sortida: Camí de Sant Marc.
- **Distància:** 14,2 km.
- **Temps:** 1 h 30 min. - **A peu:** 3 h.
- Llocs d'interès: Sant Marc, Tallorta, Bolvir, El Remei, Pont romànic de Sant Martí d'Aravó, Puigcerdà.
- Punts d'aigua: Puigcerdà, Sant Martí, Tallorta.
- Ciclabilitat: 100%
- **Dificultat:** baixa.

4. Puigcerdà - Rigolisa - Puigcerdà

Es tracta d'un itinerari molt fàcil, al costat de Puigcerdà. Està recomanat per fer amb la mainada i, a més, ofereix bones vistes.

- Punt de sortida: costat nord del llac de Puigcerdà.
- **Distància:** 3,4 km.
- **Temps:** 30 min. - **A peu:** 1 h.
- Llocs d'interès: Rigolisa. - Punts d'aigua: Puigcerdà.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** circuit d'iniciació.

5. Puigcerdà - Guils - Puigcerdà (Ruta dels Contrabandistes)

Aquest recorregut té sortida al llac de Puigcerdà. Compta amb una pujada suau per l'asfalt fins a Iravals, en direcció a la Tor de Querol, on comença la part forta del recorregut, amb una ascensió pronunciada fins a Guils. A continuació té lloc la baixada, que ofereix unes excel·lents vistes de la vall fins al Remei i s'enllaça amb el recorregut núm. 3 fins al llac de Puigcerdà. La senyalització existeix només en territori català.

- Punt de sortida: costat nord del llac de Puigcerdà.
- **Distància:** 16,5 km.
- **Temps:** 1 h 30 min - **A peu:** 5 h.
- Llocs d'interès: Puigcerdà, Guils, Iravals, Sant Pere.
- Punts d'aigua: Puigcerdà, Guils, Sant Martí.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** mitjana.

6. Talló - Santa Eugènia - Talló

Recorregut curt i variat per la Batllia ceretana. A la zona intermèdia hi ha pujades breus i dures. Creuem un rierol amb la bicicleta a coll. Orografia i paisatge molt interessants.

- Punt de sortida: Talló.
- **Distància:** 9,5 km.
- **Temps:** 1 h 30 min. - **A peu:** 3 h.
- Llocs d'interès: Bellver, Talló, Pi, Olià, Santa Eugènia.
- Punts d'aigua: Bellver, Talló, Pi.
- Ciclabilitat: 98%, 200 m de bicicleta a coll.
- **Dificultat:** mitjana.

7. Bellver - Pi - Font del Pradell - Nèfol - Bellver

Aquest itinerari comença amb un ascens progressiu des de Bellver fins a Pi i fins a la Font del Pradell per una pista ampla que travessa un bosc d'avets molt frondós. De baixada, i després de la pedrera de Pi, el recorregut travessa el riu i pren un corriol que, en lleugera pujada, porta a les cases de Nèfol. El camí s'eixampla per baixar a la vall i per la petita carretera de Vilella arriba a Talló i Bellver.

- Punt de sortida: Plaça de Sant Roc
- **Distància:** 25,25 km.
- **Temps:** 3 h. - **A peu:** 7 h.
- Llocs d'interès: Bellver, Pi, Nèfol.
- Punts d'aigua: Bellver, Pi, Font del Pradell.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** alta.

8. Bellver - Mata Negra - Bellver

Pujada contínua des de Bellver fins al fons de la vall de l'Inglà, on comença l'ascensió forta fins al Coll del Pendís. Aquest primer tram coincideix amb el Camí dels Bons Homes: des d'allà, té lloc una baixada ràpida fins a Riu, per asfalt, terra i terreny ondulat i variable fins a Bellver.

- Punt de sortida: plaça de Sant Roc.
- **Distància:** 30,5 km
- **Temps:** 2h 30 min. - **A peu:** 10 h
- Llocs d'interès: Bellver, Talló, El Mirador, Riu, Pedra i Bor.
- Punts d'aigua: Bellver, Talló, l'Inglà, Font Freda, Els Cortals, Riu, Bor, Pedra.
- Ciclabilitat: 100%
- **Dificultat:** alta

9. Llívia - Ur - Puigcerdà

Aquest itinerari, suau i ondulat, uneix les viles de Llívia i Puigcerdà. Es recomana especial precaució a la carretera i a la cruïlla d'Ur. La senyalització existeix només en territori català.

- Punt de sortida: font del carrer de les Bulloses.
- **Distància:** 6,8 km.
- **Temps:** 40 min. - **A peu:** 1h 30 min.
- Llocs d'interès: Llívia, Ur, Puigcerdà.
- Punts d'aigua: Llívia, Ur, Puigcerdà.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** baixa.

10. Llívia - Bell-Lloc - Llívia

Recorregut variat amb dues pujades dures: la primera es troba just al sortir de Llívia i la segona, després de Vilanova de les Escaldes. Pujada esglaonada fins a Bell-Lloc on es pot gaudir de magnífiques vistes de Cerdanya. La baixada es caracteritza per ser tècnica i trialera per un corriol i després hi ha asfalt i camí fins a Ur, on s'enllaça amb el recorregut núm. 9 per tornar a Llívia. La senyalització només existeix en territori català.

- Punt de sortida: font del carrer de les Bulloses.
- Distància: 23 km.
- **Temps:** 2 h 30 min.
- **A peu:** 6 h.

- Llocs d'interès: Llivia, Angostrina, Vilanova de les Escaldes, Bell-lloc, Brangolí, Feners, Enveig, Ur.
- Punts d'aigua: Llivia, Angostrina, Vilanova de les Escaldes.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** alta.

11. La Molina - La Molina

Es comença el circuit pujant amb el Telecabina Alp 2500 fins a 2.340m d'altitud. Aquesta ruta ofereix unes excel·lents vistes i taula d'orientació a prop d'aquest punt. A partir d'aquí comença un descens per la Tosa de La Molina, seguint la línia del Telecabina fins a trobar el llac i, tot seguint una pista asfaltada, s'arriba al Club Social.

- Punt de sortida: Club Social i Esportiu.
- Telecabina Alp 2500. Cota 1.700
- Final: Club Social i Esportiu.
- **Distància:** 6 km.
- Desnivell: 640 metres.
- **Temps:** 30 min. - **A peu:** 1h 30 min.
- **Dificultat:** alta.
- Circuit de descens.

Telecabina Alp 2500, mesos d'estiu, de 10 a 16.45 h. Més informació: 972 892 031

12. La Molina - Collada de les Tortes - Coll de la Creueta - La Molina

S'agafa el Telecabina Alp 2500 i es puja fins a 2.340 m. A partir d'aquí comença el descens fort, fins a la Pleta de Masella. Tot seguit se segueix per la pista forestal fins a l'Alp Hotel, des d'on es continua el trajecte per una carretera asfaltada durant 1,5 km. En aquest punt es pot seguir per asfalt fins al Club Social de La Molina, o bé agafar el camí del bosc que porta a una finca per baixar fins al Club Social vorejant el nou llac.

- Punt de sortida: Club Social i Esportiu.
- Telecabina Alp 2500. Cota 1.700.
- Final: Club Social i Esportiu.
- **Distància:** 12 km.
- Desnivell: 840 m.
- **Temps:** 1 h 30 min. - **A peu:** 3 h.
- **Dificultat:** mitjana.

Telecabina Alp 2500, mesos d'estiu, de 10 a 16.45 h. Més informació: 972 892 031

13. Martinet - Lles Martinet

Ruta que comença amb una pujada forta, des de Martinet fins a Travesseres. Asfalt en baixada i gradual pujada fins a Músser. Pista forestal planant i amb pujada fins a Arànsers. Un cop s'arriba al cementiri, s'agafa el camí vell de Lles. Sender tècnic que voreja la muntanya pujant, planant i baixant suaument a Lles. Tot seguit es baixa per carretera fins a Travesseres, on s'agafa el camí per on s'ha pujat prèviament per arribar a Martinet. Aquest traçat reuneix els encants rurals de Cerdanya i vistes excel·lents.

- Punt de sortida: camí de la Llosa, inici al Tossalet.
- **Distància:** 23,7 km.
- **Temps:** 2 h 15 min. - **A peu:** 7 h.
- Llocs d'interès: Martinet, Travesseres, Músser, Arànsers, Lles.
- Punts d'aigua: Travesseres, Músser, Arànsers, Lles, Martinet.
- Ciclabilitat: 100%. - **Dificultat:** alta.

14. Martinet - Viliella - Ardòvol - Martinet

- Punt de sortida: camí de la Llosa, inici al Tossalet.
- **Distància:** 29 km.
- **Temps:** 2 h 30 min. - **A peu:** 10 h.
- Llocs d'interès: Martinet, Travesseres, Lles, Viliella, Sant Martí, Coborriu de la Llosa, Ardòvol.
- Punts d'aigua: Martinet, Travesseres, Lles, Ardòvol.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** alta.

El recorregut s'inicia amb una dura pujada des de Martinet fins a Travesseres. Es continua per carretera fins a Lles. Pista amb suau ascens fins a la desviació de Viliella, baixada a Sant Marc i ascens a Coborriu de la Llosa. Es baixarà fins a Ardòvol i d'allà, passant per la masia de la Serra, es seguirà el descens per la pista fins a Martinet.

15. Martinet - Montellà - Sant Martí dels Castells - Martinet

Aquets itinerari, curt i variat, consisteix en una pujada per asfalt fins molt a prop de Montellà i continua per una pista amb forta baixada fins al riu. Tot seguit es torna a pujar per baixar fins a Cal Manxot, des d'on es pot enllaçar amb el recorregut núm. 6 a Santa Eugènia. Després d'una petita pujada, cal baixar fins a la carretera general, i s'arriba a Sant Martí dels Castells. Un cop allà, es torna a Martinet.

- Punt de sortida: pont de Montellà.
- **Distància:** 10,6 km.
- **Temps:** 1 h. - **A peu:** 3 h.
- Llocs d'interès: Martinet, Montellà, Sant Genís, Casa de Colònies de Ridolaina, Cal Manxot, Sant Martí dels Castells.
- Punts d'aigua: Martinet.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** mitjana.

16. Martinet - Béixec - Estana - Víllec - Martinet

Es comença amb una pujada gradual i forta d'uns 10 km fins a més enllà de Béixec, amb vistes espectaculars de la Serra del Cadí. El recorregut alterna asfalt i camí de terra en bon estat. Finalment, es baixa per Víllec fins a Martinet.

- Punt de sortida: davant el pont de Montellà.
- **Distància:** 19,5 km.
- **Temps:** 3 h. - **A peu:** 7 h.
- Llocs d'interès: Martinet, Béixec, Estana, Víllec.
- Punts d'aigua: Martinet, Béixec, Estana, Víllec.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** alta

17. Martinet - Bastanist - Martinet

Sortida davant del pont. Tot seguit es passa pel costat del Parc dels Búnquers i es puja fins a Víllec, d'allà cal desviar-se a l'esquerra cap a Bastanist. Es pot fer un pícnic a l'àrea habilitada al costat de l'ermita. Per acabar, es baixa pel mateix camí asfaltat.

- Punt de sortida: el Tornall.
- **Distància:** 14 km.
- **Temps:** 1 h 30 min. - **A peu:** 5 h.

- Llocs d'interès: Martinet, Bastanist.
- Punts d'aigua: Martinet, font a mig camí, Bastanist.
- Ciclabilitat: 100% // **Dificultat:** mitjana.

18. Ger - All - Montmalús - Ger

L'itinerari es comença a Ger, tot seguint part del camí de Sant Jaume fins a All, on arrenca una pujada contínua i llarga fins al poble de Montmalús. Des d'allà es segueix amb una baixada ràpida que condueix fins al punt de partida on es pot gaudir d'unes vistes espectaculars. Per a aquells que no vulguin pedalar tant, poc abans d'arribar a Grèixer trobaran una variant per tornar al poble de Ger.

- Punt de sortida: camí vell de Puigcerdà.
- **Distància:** 16 km / 8 km (variant).
- **Temps:** 2 h 15 min. / 1 h 15 min. (variant).
- **A peu:** 5 h.
- Punts d'aigua: Ger, All i Grèixer.
- Ciclabilitat: 100%.
- **Dificultat:** El circuit curt és de dificultat mitjana i el llarg de dificultat alta.
- Llocs d'interès: església de Sta. Coloma de Ger, Sta. M^a d'All i St. Climent de Grèixer.

19. Bolvir - Camí de l'Aigua

Camí que transcorre seguint el curs de la sèquia de la Solana fins a la Devesa de Sallenç. Per a aquells que vulguin fer l'excursió més curta hi ha una variant a meitat del recorregut per tornar al punt d'inici. Aquest itinerari ofereix trajectes al costat dels torrents amb boscos frondosos i ecosistemes molt interessants.

- Ruta 19A: dificultat alta / Ruta 19B: dificultat baixa.
- Punt de sortida: ermita del Remei.
- **Distància:** Ruta 19A: 7,2 km / Ruta 19B: 3km.
- **Temps:** Ruta 19A: 1 h 15 min / Ruta 19B: 30 min.
- **A peu:** Ruta 19A: 2h 20 min / Ruta 19B: 1 h.
- Llocs d'interès: Ermita del Remei, devesa de Sallenç i església de Santa Cecília a Bolvir.
- Punts d'aigua: font de Bolvir.
- Ciclabilitat: 90%
- **Dificultat:** alta

3.2.5.3. Ascensions

A - Carlit (2.921 m), per la Bollosa

El Carlit és la talaia més alta de Cerdanya i del Pirineu Oriental. Es tracta d'un massís envoltat d'estanys i vegetació.

Informació d'interès: **Accés:** des de Montlluís seguir per la D-118 en direcció a la Llagona fins a trobar, a l'esquerra, el desviament de la D-60 que puja a l'estany de la Bollosa. **Inici:** aparcament a la Bollosa. **Dificultat:** mitjana. **Altitud màxima:** 2.921 m. **Desnivell:** 900 m. **Durada total:** 4.45 h (2.30 h anada / 2.15 h tornada). **Època de l'any:** primavera, estiu i tardor. **Observacions:** al tram final cal fer una grimpada per unes roques amb bones preses. La carretera D-60 està tallada a l'hivern al Pla dels Avellans. A l'estiu té el trànsit restringit durant els mesos de juliol i agost, cal pujar-hi amb els autobusos habilitats.

B - Tossa Plana de Lles (2.916 m), pel Pradell

La Tossa Plana de Lles o pic de la Portelleta és la segona més elevada de Cerdanya. La seva ascensió és senzilla des del Pradell, accessible amb automòbil des de Cap del Rec.

Informació d'interès: **Accés:** des de Martinet es pren la carretera LV-4036 fins a Lles i, a continuació, una pista asfaltada fins a la recepció de l'estació d'esquí nòrdic de Cap del Rec. Després s'agafa una pista de terra, apta per a automòbils, fins al Pradell, on hi ha un refugi lliure. **Inici:** El Pradell. **Dificultat:** mitjana. **Altitud màxima:** 2.916 m. **Desnivell:** 801 m. **Durada total:** 3 h i 30 min (2 h anada + 1h i 30 min de tornada) **Època de l'any:** primavera, estiu i tardor. **Observacions:** a l'hivern la pista està tancada des de Cap del Rec i si no es duen esquís cal seguir un camí senyalitzat per a raquetes de neu fins al Pradell (45 min).

C - Puigpedrós (2.914 m), per Malniu

El cim de Puigpedrós, emplaçat al nord del Planell de Campcardós, és un mirador excepcional de bona part de les muntanyes pirenaïques, ja que la seva panoràmica abraça des del Canigó al massís de la Maladeta, passant pel pic més alt de Cerdanya: la Pica d'Estats.

Informació d'interès: **Accés:** tant des de Meranges com de l'Estació de Guils Fontanera, surten pistes forestals, força transitables, que ens duen fins a l'emplaçament del refugi de Malniu (2.130 m). **Inici:** aparcament del refugi de Malniu (2.130 m). **Dificultat:** mitjana. **Altitud màxima:** 2.914 m. **Desnivell:** 784 m. **Durada total:** 3h 30 min (2 h anada + 1h 30 min tornada). **Època de l'any:** finals de primavera, estiu i tardor. **Observacions:** la pista que prové de Guils Fontanera està tancada a l'hivern. També la pista que puja des de la població de Meranges sovint esdevé intransitable en aquesta època per l'acumulació de neu o de congestes.

D - Puigmal (2.911 m)

El Puigmal és la quarta elevació de Cerdanya i una de les quatre muntanyes d'aquesta comarca que superen els 2.900 m. També és el pic més alt del Ripollès.

Informació d'interès: **Accés:** des de Bourg-Madame es pren la N-116 direcció Sallagosa fins el desviament que porta a l'estació d'esquí del Puigmal, seguim 11 km fins l'últim aparcament. **Inici:** últim aparcament de l'estació d'esquí del Puigmal. **Dificultat:** fàcil - mitjana. **Altitud màxima:** 2.911 m. **Desnivell:** 940 m. **Durada total:** 3 h 30 min (2 h anada + 1h 30 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** cal anar ben equipats, ja que es tracta d'un terreny d'alta muntanya. A l'hivern es pot fer amb raquetes o esquís de muntanya.

E - Coma d'Or (2.826 m)

Aquest itinerari, format per una pujada de pendents suaus i ondulats, porta al cim de la Coma d'Or, una talaia amb unes vistes sorprenents de l'embassament de Lanós i el massís de Carlit.

Informació d'interès: **Accés:** seguint la N-20 s'arriba al coll de Pimorent. Aquí cal prendre la pista que surt a la dreta (NE) i s'interna a la vall d'en Garcia. Cal remuntar-la durant uns 3 km (en mal estat en el tram final) fins a aparcar al costat de la petita presa de captació d'aigües. **Inici:** Aparcament de la presa d'aigües. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.826 m. **Desnivell:** 684 m. **Durada total:** 3.45 h (2h anada + 1h 45min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** muntanya de fàcil accés amb d'alçada considerable. Anar equipat correctament. El pas que s'ha de superar a la cresta final és delicat i cal prendre precaucions.

F - Comabona (2.554 m), per prat d'Aguiló

A l'extrem oriental del Cadí s'alça la muntanya Tancapolarta, més coneguda com a Comabona. La seva situació estratègica en converteix el cim en un dels millors miradors de Cerdanya. La ruta d'ascensió més senzilla, accessible per una pista des de Montellà, per atènyer el pas dels Gosolans i el cim seguint una carena pedregosa sense dificultats.

Informació d'interès: **Accés:** des de Martinet es pren la carretera LV-4055 fins a Montellà i després una estreta carretera asfaltada. De seguida es troba a la dreta la llarga pista (13 km), no sempre en bon estat, que s'enfila a prat d'Aguiló. **Inici:** Prat d'Aguiló. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.554 m. **Desnivell:** 604 m. **Durada total:** 2.30 h (1h 30 min d'anada + 1h tornada). **Època de l'any:** primavera avançada, estiu i tardor. **Observacions:** a l'hivern la pista sol estar impracticable per la neu i fins ben entrada la primavera no s'hi pot transitar. L'ascensió al pas dels Gosolans, tanmateix, es complica per la inclinació el pendent nevat 35°. Fins ben entrat el maig hi sol haver congestes abans dels Gosolans (piolet i grampons, útils).

G - La Tosa d'Alp (2.537m), per Coma Oriola

La Tosa d'Alp és potser la muntanya més humanitzada perquè s'hi troba el domini Alp 2500, el qual engloba les estacions d'esquí de La Molina i Masella. Si se surt una mica de les pistes, s'entra en el Parc natural del Cadí-Moixeró. El panorama del cim abraça tot Cerdanya i una bona part de Catalunya.

Informació d'interès: **Accés:** des d'Alp es pren la carretera que duu a la recepció de l'estació d'esquí de Masella. Després es continua per una altra carretera a la dreta fins que s'acaba a l'aparcament de Coma Oriola. **Inici:** aparcament de Coma Oriola. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.537 m. **Desnivell:** 615 m. **Durada total:** 2h (1h anada + 1h tornada). **Època de l'any:** primavera, estiu i tardor. **Observacions:** a l'hivern és una ascensió un xic dura per la inclinació del pendent nevat. Al tram final, si la neu és molt dura es necessita piolet i grampons.

H - Pic dels Moros (2.137 m)

Aquesta modesta muntanya no deixa de ser una mirador excel·lent de Cerdanya. Situada a l'extrem meridional de la Calma, és accessible des de la recepció de l'estació d'esquí de Font-Romeu. No obstant això, des de la central solar Thémis l'itinerari és més directe i atractiu. El cim és utilitzat per llançar-se en parapent.

Informació d'interès: **Accés:** des d'Ur es pren la D-618, que passa per Vilanova de les Escaldes i per Angostrina i que travessa el Caos de Targasona, paratge amb curioses roques granítiques que serveixen d'escola d'escalada. Poc abans de Targasona es pren a l'esquerra la carretera que duu a la central. **Inici:** aparcament de la central Thémis. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.137m. **Desnivell:** 515m. **Durada total:** 2h (1h 15 min anada + 45 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any, també a l'hivern si hi ha poca neu. **Observacions:** amb neu l'ascensió segueix sent senzilla i és pràctic passejar fins al cim amb bastons i raquetes.

I - Pic del Moixeró (2.091 m)

Malgrat la seva modesta altitud, el pic del Moixeró gaudeix d'una perspectiva espectacular de la plana cerdana, de la Serra del Cadí i del Pedraforca. Des del seu cimall també s'albira gran part de la depressió central catalana per la qual serpentejen les aigües del Llobregat.

Informació d'interès: **Accés:** situats a Riu de Cerdanya, es travessa el poble i es pren la pista, al principi asfaltada, que es dirigeix al refugi del Serrat de les Esposes i després al coll de Pendís. Cal seguir-la fins a prop del desviament que porta al refugi de l'Inglà, on una tanca barra el pas. Hi ha lloc per aparcar. **Inici:** aparcament situat davant de la tanca metàl·lica. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.091 m. **Desnivell:** 340 m. **Durada total:** 2.15 h (1h 15min anada + 1h tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** itinerari amb poc desnivell i molt recomanable per fer-hi una passejada amb la família. Tot i això, és una excursió agraïda, ja que des del cim del Moixeró es pot gaudir d'una panoràmica espectacular. Cal respectar les normes del parc Natural.

3.2.5.4. Passejades

A - Camí de Sant Marc

Passejada, a través d'un itinerari planer i agradable, des de Puigcerdà a l'ermita de Sant Marc, al mateix terme municipal. Es continua fins al riu Segre i es torna pel camí de Les Pereres.

Informació d'interès: **Accés:** des del barri de la Baronia, es creua la N-152, es pot aparcar el vehicle en una zona habilitada als voltants de la plaça Sant Martí del Canigó. Tot seguit cal dirigir-se al polígon Sant Marc i al començament de la carretera d'Age (indicadors). **Inici:** aparcament a tocar de la plaça Sant Martí del Canigó i al "Polígon industrial Sant Marc". **Dificultat:** molt fàcil. **Altitud màxima:** 1.200 m. **Desnivell:** inapreciable. **Durada total:** 1.45 h. **Època de l'any:** per la proximitat a la vila de Puigcerdà, aquest itinerari es pot dur a terme durant tot l'any. **Observacions:** recorregut recomanat per fer amb tota la família.

B - Camí dels Enamorats

Es tracta d'un itinerari molt freqüentat que es duu a terme sortint principalment dels vorals de l'estany de Puigcerdà. El seu recorregut, envoltat d'arbres i amb bones vistes de Cerdanya, ressegueix la xarxa de Senders de Cerdanya i un tram de la sèquia que transporta l'aigua a l'estany. Aquest era l'antic camí de Sant Jaume. També forma part de la xarxa d'itineraris saludables de la Diputació de Girona.

Informació d'interès: **Accés:** des de la plaça Barcelona de Puigcerdà cal dirigir-se, pel carrer Pons i Gasch, a l'estany de Puigcerdà. Quan s'hi arriba, caldrà seguir a la dreta pel passeig de Pere Borrell, que volteja l'estany pel sud, i arribar a la plaça d'en Dionis Puig. **Inici:** plaça d'en Dionis Puig, a l'est de l'estany. **Dificultat:** molt fàcil. **Altitud màxima:** 1.230 m. **Durada total:** de 45 min a 1 hora. **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** la longitud d'aquesta passejada és de 3,5 km si s'agafa l'itinerari directe pel passeig dels Enamorats, i de 4,5 km si s'agafa la variant de Rigolisa. Recomanat per fer-lo amb tota la família, a peu o passejant amb bicicleta.

C - Pujada a Bell-lloc per Dorres

Agradable passejada que es fa sense presses en mig matí. L'itinerari més senzill recorre un camí empedrat fins al coll de Jovell, després assoleix el cim de l'Argila i arriba al monestir de la Mare de Déu de Bell-lloc, des del qual es gaudeix d'un panorama dilatat de Cerdanya.

Informació d'interès: **Accés:** des d'Ur es pren la D-618, que passa per Vilanova de les Escaldes. Allà, en un rotonda, es pren a l'esquerra la D-10 per les Escaldes fins a Dorres. **Inici:** Dorres. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 1.704 m. **Desnivell:** 375 m. **Durada total:** 1.45 h (1 h i 10 min anada + 35 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** a ple hivern hi pot haver gel en els trams vora el rec de Jovell.

D - Prat del Cadí, pel coll de Pallers

Passejar fins a Prat del Cadí s'ha convertit en una de les activitats preferides pel turisme que ve a la Cerdanya. Es tracta d'una petita excursió molt agraïda que duu a un dels indrets més bells i espectaculars de Cerdanya i del Parc Natural del Cadí-Moixeró.

Informació d'interès: **Accés:** des de Martinet es pren la carretera LV-4055 en direcció a Montellà, però de seguida es deixa a la dreta per una carretera estreta, que baixa a creuar el riu de Bastanist. Es deixa també a l'esquerra la carretera de Bastanist i a la dreta la de Béixec. Després d'unes quantes llaçades per guanyar altitud s'arriba a Estana. Des d'aquí se segueix una curta i estreta pista fins al coll de Pallers. **Inici:** Coll de Pallers. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 1.820 m. **Desnivell:** 330 m. **Durada total:** 1h 45 min (1 h anada + 45 min tornada). **Època de l'any:** primavera, estiu i tardor. **Observacions:** a ple hivern i amb neu és probable que s'hagi de començar l'excursió a Estana, a 10 min del coll de Pallers.

3.2.5.5. Estanys

A - Estanys de la Pera

A Cerdanya els estanys de la Pera han estat durant molts anys un punt de pas de contrabandistes que anaven i veien d'Andorra. Aquests dos estanys es troben a la conca de recepció del riu de Molí, en un petit glacial a la capçalera de la vall d'Arànsers.

Informació d'interès: **Accés:** des de Martinet es pren la carretera LV-4036 en direcció a Lles, però poc abans d'arribar-hi s'agafa a l'esquerra la que duu a Arànsers. Després es continua per una pista asfaltada que puja al Fornell, a la recepció de l'estació d'esquí nòrdic d'Aransa. A partir d'aquí la pista esdevé de terra, no sempre en bon estat, fins a Prat Miró i Les Pollineres, on hi ha un refugi i una àrea recreativa. Aquest punt és també accessible des de Lles per Cap del Rec. La pista que dirigeix als estanys de la Pera, en canvi és tancada al trànsit de vehicles motoritzats. **Inici:** Les Pollineres. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.140 m. **Desnivell:** 217 m. **Durada total:** 1.45 h (1 h anada + 45 min tornada). **Època de l'any:** segona meitat de la primavera, estiu i tardor. **Observacions:** si l'estació d'esquí nòrdic d'Aransa és oberta no es podrà circular per la pista de terra des del Fornell. De tota manera hi ha senyalitzat un camí per a raquetes de neu que en 1 hora duu a Les Pollineres.

B - Estanys de Malniu

A causa de la seva bellesa, a l'estiu l'estany de Malniu es troba entre els més visitats de Cerdanya.

Informació d'interès: **Accés:** es pot arribar al refugi de Malniu des de Meranges, seguint la pista forestal que hi puja. També s'hi pot accedir des de l'estació d'esquí nòrdic de Guils Fontanera, seguint la pista que continua pel Pla de la Feixa i baixa després fins al mateix refugi, on hi ha l'aparcament. **Inici:** aparcament del refugi de Malniu. **Dificultat:** molt fàcil. **Altitud màxima:** 2.250 m. **Desnivell:** 120 m. **Durada total:** 1 h (35 min anada + 25 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. A l'hivern es pot dur a terme amb raquetes.

C - Estany de Font Viva

En un racó de la vall de Porté es troba el pintoresc estany de Font Viva, que resta emplaçat a la mateixa base de la serra homònima. Aquest estany, de formes arrodonides i encerclat per petits turons, fa les delícies dels pescadors que a l'estiu s'apropen fins als seus contorns.

Informació d'interès: **Accés:** seguint la N-20 en direcció al coll del Pimorent, es passen els pobles de la Tor de Querol i Porta. Quan s'arriba a Porté cal agafar un desviament a la dreta amb uns rètols que indiquen: massís del Carlit. Es continua per la pista asfaltada fins a l'aparcament situat damunt mateix de la presa de l'estany del Passet. **Inici:** aparcament de l'estany del Passet. **Dificultat:** molt fàcil. **Altitud màxima:** 1.890 m. **Desnivell:** 185 m. **Durada total:** 1h 30 min (45 min anada + 45 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. A l'hivern és un itinerari molt recomanat per fer amb raquetes. **Observacions:** passejada fàcil i tranquil·la que porta a un racó d'una bellesa aclaparadora. Recomanat per a tota la família.

D - Estany de Lanós

La massa d'aigua més gran de Cerdanya, l'estany de Lanós, es troba situada en un indret idíl·lic i està encerclada per una munió de muntanyes espectaculars. Al mateix temps, aquest estany és un dels punts de partida més utilitzats per recórrer el massís del Carlit.

Informació d'interès: **Accés:** seguint la N-20 en direcció al coll de Puymorent, es passen pels pobles de la Tor de Querol i Porta. Quan s'arriba a Porté cal agafar un desviament a la dreta amb uns rètols que indiquen: massís del Carlit. Es continua per la pista asfaltada fins a

l'aparcament situat damunt mateix de la presa de l'estany del Passet. **Inici:** aparcament de l'estany del Passet. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.213 m. **Desnivell:** 508 m. **Durada total:** 3h 15 min (1h 45 min anada + 1h 30 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** la pujada al Lanós no té cap dificultat durant els mesos d'estiu, però caldrà fer atenció a l'hivern si hi ha neu tot acabada de caure, ja que, a partir de la corba de sota els cables del telefèric, sovint s'hi formen allaus. Millor no anar-hi amb aquestes condicions.

E - Circuit pels Estanys de la Bollosa

El sender local del PR 8 segueix íntegrament el recorregut dels cinc estanys que es troben situats per sota l'embassament de la Bollosa. Es tracta d'un itinerari preciós i senzill que portarà a conèixer un dels estanys més bonics de Cerdanya: La Pradella.

Informació d'interès: **Accés:** des de Montlluís se segueix per la D-118 en direcció a la Llaguna fins que es troba, a l'esquerra, el desviament de la D-60 que puja al Pla dels Avellans i a l'estany de la Bollosa. **Inici:** Aparcament al Pla dels Avellans, **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.005 m. **Desnivell:** 3000 m. **Durada total:** 3h 10 min tot el circuit. **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** la carretera D-60 està tallada a l'hivern al Pla dels Avellans que, per aquest motiu, és precisament el punt de partida d'aquesta excursió. A l'estiu la D-60 té el trànsit restringit durant els mesos de juliol i agost i cal pujar-hi amb els autobusos habilitats.

3.2.5.6. Valls

A - Vall de la Llosa

Aquest itinerari travessa la Vall de la Llosa, utilitzada antigament per contrabandistes, pastors, bandolers i llauradors per passar a Andorra. També el travessaven els arriers que transportaven el ferro que s'extreia de la mina situada a Pimorent.

Informació d'interès: **Accés:** de Martinet direcció a Lles. A la sortida del nucli es troba, a la dreta, una desviació que porta a Viliella. Es creua aquest poble i se segueix la pista que duu fins a Cal Jan de la Llosa (3 km), on hi ha lloc per aparcar. **Inici:** Cal Jan de la Llosa. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.060m. **Desnivell:** 400m. **Durada total:** 4.30h (2h30min anada + 2 h tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** a l'hivern, la pista de la Llosa permet fer perfectament aquest itinerari fins a la Barraca dels Esparvers amb raquetes o esquís de muntanya. A partir d'aquí, si se segueix en direcció a la Portella Blanca d'Andorra, el camí es torna més costerut.

B - Vall d'Angostrina

La Vall d'Angostrina comunica Cerdanya amb el massís del Carlit. Per aquest motiu s'utilitza com a via de pas al bestiar que, des de Llívia, puja a pasturar al sector de la Bollosa, aprofitant els drets de pasturatge que hi tenen els ramaders d'aquesta població.

Informació d'interès: **Accés:** des de Puigcerdà cal dirigir-se a Angostrina. Passada aquesta població i abans de creuar el riu homònim, es troba de seguida un desviament amb indicadors a l'esquerra que mena a aquesta vall. Ca agafar-lo i pujar per la carretera, al principi asfaltada, que duu fins a l'aparcament anterior a l'ermita de Sant Martí d'Envalls. **Inici:** aparcament anterior a l'ermita de Sant Martí d'Envalls. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.017 m. **Desnivell:** 475 m. **Durada total:** 5.15 h (2 h 45 min anada + 2 h 30 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** la carretera del desviament d'Angostrina a Sant Martí d'Envalls està tancada durant l'estiu, la qual cosa incrementa en una mitja hora aquest horari.

C - Vall de Campcardós

Aquesta vall, tancada a l'oest per la Portella Blanca d'Andorra, es troba protegida dels vents del nord per la serralada que formen els Pics de Fontfreda, de Font Negra i d'Envalira. Les esveltes siluetes del Pedraforca i del Roc Colom acompanyen durant tot el recorregut.

Informació d'interès: **Accés:** situats al municipi de Porta (N-20), cal girar a l'esquerra i creuar el pont que passa per sota la via del tren. Hi ha una pista asfaltada que cal seguir a l'esquerra, sud, per anar a cercar un petit pont que salva el riu Querol. Hi ha un petit aparcament on és obligatori deixar els vehicles. **Inici:** aparcament a tocar el riu Querol. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.076 m. **Desnivell:** 566 m. **Durada total:** 3 h 15 min (1 h 45 min anada + 1 h 30 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. **Observacions:** aquest itinerari es pot fer tot l'any, però és especialment interessant dur-lo a terme a l'hivern, quan les condicions meteorològiques no siguin favorables en altres indrets, ja que té lloc en una zona segura, arrecerada del vent i sense pèrdua possible.

D - Vall d'Eina

La Vall d'Eina es coneix per la seva diversitat botànica: més de mil espècies de plantes, algunes de les quals endèmiques, i altres d'interès científic o medicinal. També hi viu una comunicat molt variada d'insectes. Amb l'objectiu de protegir aquest espai i el seu ric patrimoni es va crear en el seu moment la Reserva Natural d'Eina. El camí que se seguirà, ben traçat, és una de les rutes clàssiques per dirigir-se a Núria des de Cerdanya.

Informació d'interès: **Accés:** des de Sallagosa se segueix la carretera N-116 en direcció a la Perxa fins que es troba a la dreta una desviació que duu a Eina. Aquí se segueix a la dreta la carretera de Llo, que de seguida creua el riu d'Eina. Poc després es troba a l'esquerra un descampat per aparcar-hi. **Inici:** descampat als afores d'Eina. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.684 m. **Desnivell:** 1.085 m. **Durada total:** 5.30 h (3 h anada + 2 h 30 min). **Època de l'any:** final de la primavera, estiu i primera meitat de la tardor. **Observacions:** si hi ha neu, la part baixa de la vall és fàcil amb raquetes, però a partir del pla de l'Orri, i sobretot en l'ascensió al coll d'Eina, sovint són necessaris el piolet i els grampons.

E - Vall de Llo

Aquest itinerari permet recórrer les belles gorges que forma el riu Segre en el seu inici. Si es vol arribar fins al naixement d'aquest riu, caldrà continuar la caminada en direcció al coll de Finestrelles i desviar-se, abans d'arribar-hi, cap a les Fonts del Segre.

Informació d'interès: **Accés:** N-116 en direcció a Sallagosa. En aquesta població cal desviar-se a la dreta per prendre la carretera que porta a Llo. Abans d'entrar a aquest nucli es troba una desviació a la dreta que mena a l'aparcament dels Banyes de Llo, on es deixa en vehicle. **Inici:** aparcament dels Banyes de Llo. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 1.834 m. **Desnivell:** 450 m. **Durada total:** 3 h 15 min (1h 45 min anada + 1h 30 min tornada). **Època de l'any:** tot l'any. A l'hivern és un recorregut molt recomanat per fer amb raquetes fins al mateix refugi de la Culassa. **Observacions:** actualment, l'accés a la Vall de Llo es troba tancat per als vehicles en el seu mateix inici, a l'alçada de la via ferrada de Les Escadilles.

F - Vall de Ridolaina

Es pot accedir a Prat d'Aguió per una pista de Montellà, però fer-ho des de Nas, seguint la Ruta dels Segadors a través de la vall de Ridolaina, és l'opció a peu més recomanable. Conegut com el camí de Cerdanya, per aquí passaven les colles de segadors de Gósol que es llogaven en masos de Cerdanya. A l'estiu de 1906 hi va passar també el pintor Pablo Ruiz Picasso.

Informació d'interès: **Accés:** des de Bellver de Cerdanya es pren la carretera local que va a Pi. Després es continua a la dreta per una altra carretera fins a Nas. Es pot deixar el cotxe a

l'entrada del poble. **Inici:** Nas. **Dificultat:** fàcil. **Altitud màxima:** 2.040 m. **Desnivell:** 815 m. **Durada total:** 5 h 30 min (3 h anada + 2 h 30 min tornada). **Època de l'any:** segona meitat de la primavera, estiu i els dos primers mesos de la tardor. **Observacions:** a l'hivern és un recorregut apte per fer amb raquetes de neu.

3.2.6. Rutes en BTT per Cerdanya

La Cerdanya és una comarca ideal per a la pràctica de la BTT, gràcies a l'ampla plana de la vall i les muntanyes de més de 2.000 metres que la rodegen. S'hi poden fer tota mena de rutes, de tots els nivells i dificultats.

A continuació es detalla l'oferta que es pot trobar a la Cerdanya:

A - Camí de Sant Jaume

La variant cerdana d'aquest conegut camí de peregrins és una molt bona opció per poder realitzar un bonic itinerari amb la BTT. Tot seguit el riu Segre es creua tota la vall entremig de camps i prats.

B - Centre BTT - Volta Cadí-Moixeró

Aquest magnífic circuit ens permet donar tota la volta al Parc Natural del Cadí Moixeró passant per les comarques de l'Alt Urgell, el Berguedà i Cerdanya.

Volta Cadí Moixeró - 1

1 - La Seu d'Urgell - Fómols: la ruta comença a la Seu per carretera fins a Cerc. Després cal desviar-se a la dreta cap al mirador de la Trava i Adraén. Tot seguit s'agafa, a l'esquerra, una pista que duu a la carena del Cadí. Es davalla per la mateixa pista i se segueix la carretera fins a Fómols. **Durada:** 6h 20 min - **Distància:** 53,2 km - **Desnivell** positiu acumulat: 1.820 m.

2 - Fómols - Bagà: es continua per la carretera fins a la desviació a l'esquerra de Cornellana, d'on surt una pista que puja al coll de Jovell. Es baixa a Josa i se segueix per carretera fins al pont de Cernerres, on cal desviar-se a l'esquerra per una pista que porta al Collell. Tot seguit, s'agafa una pista a la dreta que condueix al mirador de Gresolet i, asfaltada, a Saldes, on cal desviar-se a l'esquerra per una pista que baixa al santuari de Gresolet i s'enfila al coll de Bauma. D'aquí va al coll de la Bena i baixa a Bagà. **Durada:** 6h 30 min - **Distància:** 61 km - **Desnivell** positiu acumulat: 1.545 m

3 - Bagà - Martinet: Cal anar per carretera a l'Hospitalet de Rocasança. A continuació, s'agafa una pista a l'esquerra que puja al refugi de Rebot i enllaça amb la carretera. Es passa pel coll de Pal i es baixa a l'estació d'esquí. El recorregut continua per pista fins a la carretera de La Molina a Masella, la qual s'ha de creuar i baixar per pista estreta, amb marques vermelles i blanques, a enllaçar amb la carretera de Masella a Alp.

Travessat Alp cal sortir direcció Das per un camí a l'esquerra. De Das a Urús cal anar per una carretera estreta que porta a Riu de Cerdanya, Pedra i Bor. Després cal desviar-se a l'esquerra per pista a Cal Pons, on esdevé asfaltada fins a Talló i la creu homònima, als afores de Bellver de Cerdanya. Es gira a l'esquerra i se segueix la ruta dels Segadors pel GR 150. Per camí ample anem a Pi i a Olià, on s'enllaça amb la carretera que cal seguir cap a la dreta. Més avall cal desviar-se cap a Santa Eugènia. A l'esquerra s'agafa un camí que enllaça amb la carretera de Santa Eugènia a Montellà, on cal dirigir-se, i es baixa a Martinet. **Durada:** 5 h 12 min. - **Distància:** 52,1 km. - **Desnivell** positiu acumulat: 1.295 m.

Volta al Cadí – Moixeró - 2

És el mateix recorregut de la Volta al Cadí-Moixeró 1, però en sentit contrari.

1 - La Seu d'Urgell - Martinet

- **Durada:** 5 h 10 min
- **Distància:** 52,1 km
- **Desnivell** positiu acumulat: 1.560 m

2 - Martinet - Bagà

- **Durada:** 5 h 50 min
- **Distància:** 56 km
- **Desnivell** positiu acumulat: 1.375 m

3 - Bagà - Fómols

- **Durada:** 6 h 30 min
- **Distància:** 61 km
- **Desnivell** positiu acumulat: 2.025 m

4 - Fómols - La Seu d'Urgell

- **Durada:** 5 h
- **Distància:** 53,2 km
- **Desnivell** positiu acumulat: 1.220m

C - Cerdanya 360º

La botiga especialitzada "GoOut" de Puigcerdà dona la possibilitat de fer un recorregut de 275 km per tota la vall de la Cerdanya (catalana i francesa). Compta amb serveis de guiatge, assessorament tècnic i transport, entre d'altres. Per a més informació: www.cerdanya360.com

D - Trinxat BTT

"CadíBike": ruta de 298 km per la baixa Cerdanya i un part de l'Alt Urgell. Donen servei de guiatge, assessorament tècnic i transport, entre d'altres. Mes informació: www.trinxatbtt.com

E - 19 Rutes en BTT, a peu o a cavall per Cerdanya.

19 itineraris per a tots els públics i nivells (apartat 3.2.5. Senderisme).

3.2.7. Rutes a cavall

Cerdanya ofereix un gran nombre de camins i senders inesgotables per tota la vall que es poden fer a cavall. Entre els recorreguts senyalitzats sobre els terrenys, es poden fer tots aquells esmentats en l'apartat 3.2.5. i 3.2.6., doncs cap d'ells suposa cap mena de dificultat per fer-ho a cavall.

3.2.8. Multiesports

Cerdanya és una vall privilegiada per a la pràctica de l'esport, per les seves característiques climàtiques i físiques, i també a les seves immillorables instal·lacions i gran oferta del sector.

Durant tot l'any es poden practicar activitats de tot tipus i per a totes les edats. A l'estiu es pot gaudir de tot tipus d'activitats a l'aire lliure (excursions en bici, escalada, espeleologia, piscines climatitzades, acampades..., etc.), i a l'hivern podem fer esquí alpí o nòrdic, excursions amb raquetes de neu o esquís de muntanya, construcció d'iglús... Del total d'empreses existents a la comarca, podem gaudir de diversitat d'activitats com:

3.2.8.1. *Aeròdrom*

La comarca disposa d'un Aeròdrom pels amants del esports aeris, amb una complerta i variada oferta, com: vols a vela, vols a motor, vols en ultralleuger i vols en globus. A més hi ha un servei de bar, restaurant i piscina pública a l'estiu.

3.2.8.2. *Sípiques*

Diverses instal·lacions arreu de la comarca ofereixen la possibilitat de dur a terme aquesta pràctica, doncs la vall és un indret ideal per a genets i cavalls. Hi ha centres especialitzats en excursions de llarga durada i centres orientats a famílies amb nens amb oferta de ponis o cavalls petits.

3.2.8.3. *Poliesportius*

A la comarca hi han diferents varis poliesportius municipals a: Puigcerdà, Llívia, Bellver de Cerdanya, Alp, Queixans, Ger i Martinet. El més complert és el de Puigcerdà amb instal·lacions com: pista de gel, piscina coberta, piscina a l'aire lliure, tennis, pàdel, gimnàs, Fitness, Wellness, camp de futbol, sales polivalents: bàsquet i futbol sala, rocòdrom, zona infantil, Skate Park, petanca..., i altres serveis de cafeteria, bar i restaurant.

3.2.8.4. *Actividades de Aventura*

Pels més intrèpids, compta amb un gran ventall d'empreses que posen a l'abast de l'usuari activitats d'aventura, com: Parc d'Aventura als Arbres, lloguer, sortides, circuit, descens i autoguiatge en BTT, en bici de carretera, bici elèctrica, FatBike i descens de Quadbikes, jocs d'estratègia, paintball, snow paintball, tir amb arc, tir al plat, paddle-surf, tubing, rocòdroms, vies ferrades, sortides amb guies de muntanya, guies turístics, trekking autoguiat, lloguer i sortides en 4 x 4, motos de neu, múixing, motos de muntanya, quads, buggies, segway..., etc. En total, la Cerdanya compta amb unes 80 empreses que ofereixen més de 120 activitats diferents per gaudir a la comarca.

3.2.9. Turisme Familiar

Cerdanya és un paradís de possibilitats per a les vacances familiars durant els 365 dies de l'any. Existeixen moltes activitats per a realitzar amb nens, ja que els municipis cerdans programen periòdicament activitats populars adreçades a pares i fills. A més, la comarca disposa d'establiments i allotjaments totalment adaptats als més petits. Algunes de les activitats que es poden realitzar són les següents:

- Parcs infantils públics a diverses poblacions de la comarca, com el Parc Shierbeck i el Parc dels Quatre Camins a Puigcerdà, Parc de Sant Guillem a Llívia, Parc de Queixans..
- Parcs temàtics: Arborètum a Queixans i Les Basses de Gallissà a Bellver de Cerdanya.
- Zones recreatives de muntanya: Guils Fontanera, Meranges, La Molina..
- Empreses especialitzades en oferir activitats infantils: lloguer de quads infantils, sortides en bici, activitats a la neu, Parc d'Aventures als arbres, passejos en poni...
- Granja zoològica a Prullans: granja pedagògica amb hort educatiu, animals i activitats.
- Pujades en telecabina a l'estiu.
- Piscines climatitzades a l'aire lliure durant l'estiu.
- Rutes senyalitzades per fer amb BTT, a peu o a cavall, de diferent dificultat.
- Visites a obradors per aprendre a elaborar la xocolata, formatges, iogurts...
- Casals infantils durant les vacances escolars, campus a l'estiu..., etc.
- De Cerdanya francesa, destaquem el Parc d'Animals dels Angles i El Tren Groc.

3.3. GASTRONOMIA

Cerdanya es caracteritza per la gran abundància de productes autòctons, gràcies a la seva privilegiada situació geogràfica. La cuina de la regió és variada, rica i única, amb plats típics i tradicionals provinents de l'hort, l'aviram, la ramaderia, la pesca i la caça, propis de cada època de l'any.

Entre l'oferta gastronòmica destaca principalment el "Trinxat", "Conill amb cremalloses", "Tiró amb Naps", "Fetge amb Agredolç"... plats que identifiquen una cuina natural i personalitzada, exclusiva d'aquesta vall i elogiada pels gourmets que cerquen l'originalitat d'una cuina autòctona.

Altres productes de la terra són les peres de Puigcerdà, naps de Tallendre, cols d'hivern, patates de Das, bolets (ceps, cremalloses, rovellons, múrgoles, cama de perdiu...), fruits del bosc, plantes medicinals, cireres, aranyons, codonys...

Els principals productes elaborats propis de la zona, són: formatges d'ovella i vaca, iogurts, mató, mel, embotits elaborats per artesans xarcuters (bull blanc, bull negre, llonganissa, pa de fetge...), i altres productes com els tradicionals cerdans (dolços típics de la comarca), cerveses i licors, melmelades, etc.

Prop de 280 restaurants de tota la comarca elaboren diferents cuines per satisfer la gran varietat de gustos de tots els visitants i ofereixen plats que van des de l'alta cuina fins a senzills, però exquisits, menús populars cuinats amb professionalitat, cura i dedicació. En aquest sentit, doncs, Cerdanya és coneguda com a comarca gastronòmica i, per això, és l'escenari de nombroses jornades que giren al voltant de la gastronomia: Ger (Mostra gastronòmica amb naps), Puigcerdà (Festa del Trinxat), Prullans ("Dijous Gras" amb la tradicional truita d'embotits)..., etc.

3.4. PATRIMONI

Cerdanya permet als visitants viatjar en el temps, gràcies a l'ampli ventall d'esglésies, convents, parròquies i edificis religiosos que conserven la història de la comarca. Els seus murs han estat testimoni del pas del temps de la vall i es presenten com un punt de gran interès turístic per a tots els que vulgui conèixer de prop la comarca.

3.4.1. Dolmens

En primer lloc, la prehistòria ens deixa testimoni dels primers rituals funeraris amb l'existència de dolmens que daten de l'any 2.200-1.800 aC. Aquests són: Dolmen del Paborde a La Molina, Dolmen la Roca Cobertorada a Prullans, Dolmen de la Barraca del Camp d'en Josepó a Ordèn, Dolmen de la Cova del Camp de la Marunya a Brangolí, i el Dolmen de Lou Pou i Dolmen de la Borda, tots dos a Eyne.

La història també ens ha dotat d'un ric patrimoni cultural, el més rellevant és l'arquitectura religiosa romànica present en gairebé tots els nuclis.

3.4.2. Via Romànica de Cerdanya

La Via Romànica, ruta transfronterera del romànic pirinenc, transcorre transversalment des de Perpinyà, comarca del Rosselló a la Catalunya Nord, fins a Bassella, límit meridional de l'alt Urgell. Aquesta ruta travessa les comarques del Rosselló, el Conflent, Cerdanya i l'Alt Urgell; és a dir, des de la Mediterrània fins al començament de les terres altes de ponent. El recorregut segueix primer per la vall del riu Tet i després enllaça amb la vall del Segre, en forma de corredor natural amb l'únic obstacle orogràfic del Coll de la Perxa.

La zona pirinenca que comprèn la Via Romànica constitueix un territori amb característiques físiques molt semblants i posseeix unes arrels culturals comunes que es remunten al començament de l'edat mitjana. L'actual línia fronterera que s'estén al llarg dels Pirineus poca cosa té a veure amb les divisions polítiques d'aquella època. Les comunitats d'ambdues vessants de la serralada mantenen uns nexes sòlids, tant de llinatges, feudals i d'administració religiosa com de relacions humanes i comercials. Parlem, per tant, d'una mateixa cultura, els vestigis de la qual han arribat fins als nostres dies expressant en centenars de monuments romànics. Es tracta, per tant, d'un conjunt monumental força homogeni i alhora ric en matisos, singulars i atractius, que abasta una zona pirinenca perfectament definida.

L'arquitectura religiosa de l'alta edat mitjana de Cerdanya està mancada de grans obres i presenta un conjunt força unitari d'edificis de dimensions reduïdes on sobresurten alguns exemples com l'antiga canònica de Santa Maria de Talló o l'església parroquial de Sant Pere d'Alp. La renovació arquitectònica del segle XI implanta a la Cerdanya les formes llombardes de caràcter molt simple, la qual cosa provocà nombroses construccions mancades de decoració. No obstant això, certs elements decoratius purament llombards, són força corrents a la comarca.

Aquesta tendència perdurà fins a finals del s. XII, que es caracteritza per una continuïtat i per la reforma d'alguns edificis. Se substituiran les anteriors cobertes d'embigat de fusta per voltes de canó fetes d'obra i es reforçaran els paraments amb arcs formers. Igualment, es produeix un perfeccionament i refinament en el treball de la pedra, així com un canvi dels motius ornamentals amb presència d'escultura a les portalades i les finestres.

Les representacions religioses són bàsicament en talla de fusta i se centren en el Crist en Majestat i la Verge Maria. El culte al crucificat s'estén entre els segles XI i XII, però no perdurarà, la qual cosa ha motivat que pocs hagin arribat fins avui; no així el culte a Maria, la devoció a la qual ha estat estesa a totes les esglésies de la comarca fins als nostres dies, fet pel qual moltes imatges han pogut conservar-se. El tipus iconogràfic d'aquests és força unitari, des del segle XII fins als segles XIII i XIV. Es conserven pocs vestigis de pintura mural, els quals, excepte alguna mostra a la Cerdanya d'administració francesa, es troben a diferents museus.

De totes les esglésies de la Via Romànica de Cerdanya, destaquem les següents:

Santa Eugènia de Nerellà: la parròquia de Neriniano és esmentada a l'ACCU el segle X. Formava part del pagus Tollonensis. De l'antiga edificació romànica només resta el campanar del segle XI; un dels tres únics campanars romànics sencers que es conserven a la Cerdanya. Consta de quatre cossos separats per frisos amb arcuacions cegues d'estil llombard. El tercer cos presenta grans finestrals en arc de mig punt a cada cara. La coberta és de dos vessants. Presenta la particularitat d'estar inclinada, la qual cosa provocà una primera actuació urgent de consolidació exterior seguida d'una altra molt més profunda. El desplom aproximat de la torre és d'1,25m. És coneguda com "la Pista de la Cerdanya". Fou declarada MHAN el 1984.

Sant Fructuós de Músser: la parròquia de Munciar apareix esmentada a l'ACCU el segle X i en documents posteriors dels segles XI i XIV. Formava part del pagus Baritensis. És una església d'una sola nau, encapçalada a llevant per un absis semicircular, el qual està precedit d'un arc presbiteral. La volta actual és de rajola ceràmica. La façana absidal està dividida en cinc panys per quatre lesenes que des del basament pugen fins al fris, format per parelles d'arquets cecs. La decoració és característica del segle XI. La porta d'entrada, situada a migdia, es resol amb tres arquivoltes en degradació. A l'extrem occidental s'aixeca un campanar de torre modern. A l'MDU es conserven un rentamans d'aram (segle XVII) i una matraca de fusta (segle XVIII).

Santa Maria de Falló: primera església de la Cerdanya citada a l'ACCU el s. X, i l'única esmentada amb el seu titular. Així mateix, un pagus (primitiva divisió del territori) en pren el nom, Tollonensis, en els s. X i XI, i l'acta de dotació de l'església posa de manifest l'existència d'una comunitat canonical des del s. X. Del s. XIII al XVI fou el centre de l'ardiaconat de la Cerdanya. És un edifici de grans dimensions que presenta un absis del s. XI amb tres finestres, decorat amb un fris d'arquets cecs sostinguts per mènsules triangulars i cobert a l'interior per una volta de canó. La nau fou dividida en 4 trams per arcs torals amb contraforts semicirculars a l'exterior i després reforçada amb arcs formers. El frontispici té una gran entrada que conserva la ferramenta original, un ull de bou flanquejat per dues finestres i una petita espadanya al capdamunt. La torre campanar és d'època moderna (s. XVII), com també el porxo. El temple, declarat bé d'interès cultural el 1993, s'hi venera una Maredeu del s. XIII.

Sant Serni de Caborriu de Bellver: la menció més antiga sota la forma *Caput rivi* es troba a l'ACCU del segle X. Va ser consagrada de nou el 1137. Formava part del pagus Tollonensis (*Capderiu o Cabariu*). Va ser saquejada el segle XII pel comte Ramon Toger de Foix i el vescomte Arnau de Castellbó, defensors de l'heretgia càtara. Posteriorment, el segle XVIII, tornà a ser-ho per les hosts franceses. Tampoc se'n lliurà, per tercer cop, durant la Guerra Civil. És un edifici del segle XII, baix i allargat, format per una nau i un absis semicircular cobert amb una volta de pedra plana enrastellada de punt d'ametlla, que carrega directament sobre les parets. L'absis presenta dues finestres de doble esqueixada i una decoració construïda per una corona de cartel·les motllurades en forma de tor. La porta està oberta al mur sud, amb el bust d'un orant al muntant dret. La capella de migdia fou un afegit del segle XVIII.

Sant Marcel de Bor: apareix esmentada a l'ACCU, el segle X, com a *Borre*; però la primera referència segura la trobem en un precepte de rei Lotari, el segle X. Formava part del pagus Tollonensis. L'estructura original constava d'una nau encapçalada per un absis semicircular que fou engrandida, modernament, amb capelles laterals i un porxo cobert. L'absis presenta a l'exterior quatre faixes verticals de pedra tosca que el divideixen en cinc panys i que serien les restes d'un fris amb arcuacions entre lesenes ara desaparegudes. El segle XVIII s'hi va practicar una important refecció de les parets. En refer-se el frontispici (segles XVI - XVII) s'hi incorporà una portalada.

Sant Julià de Pedra: el lloc de Pedra és citat per primer cop l'any 965 en el testament del comte Sunifred II de Cerdanya (*villa Petra Ranesindo*). Formava part del pagus Tollonensis. Apareix posteriorment com a *Sant Juliani de Petra*. És una església de planta trapezial, d'una nau amb l'absis semicircular precedit de l'espai presbiteral. La part més antiga (segles X - XI) és la nau que conserva intacte únicament el mur de tramuntana. El segle XII es cobreix amb una volta de canó (ara desapareguda), per la qual cosa les parets van haver de ser reforçades amb arcs formers, i s'aixeca l'absis, amb una finestra de doble esqueixada i dues absidioles laterals disposades en creu inapreciables des de l'exterior. Al frontispici s'obre la porta actual, construïda els segles XVII - XVIII per substituir la de migdia; al capdamunt trobem una alta espadanya amb dos finestrals. Entre 1982 i 1983 va ser restaurada per la Generalitat de Catalunya i el 1984 fou declarada Monument Históricoartístic Nacional.

Sant Cosme i Sant Damià de Queixans: apareix citada a l'ACCU (Kexanos) el segle X. Formava part del pagus Liviensis. Es tracta d'un edifici molt modificat. Les parts més ben conservades són l'absis i part de la nau, que pertanyen al segle XI. L'absis presenta a l'exterior una decoració d'arcs cecs que s'emmarquen dins el més pur estil llombard. La finestra central és de doble esqueixada. Les capelles laterals, el campanar i la porta amb la seva ferramentada són construccions posteriors.

Sant Esteve de Guils de Cerdanya: la parròquia de Guils apareix a l'ACCU (Eguils) el segle X i pertanyia al pagus Liviensis. Edifici del segle XII, d'una sola nau de volta apuntada, encapçalada a llevant per un absis semicircular i a ponent per un gran campanar de cadireta de tres ulls. Notablement decorada, mostra una extraordinària portalada que li dona importància a l'edifici. L'absis, presenta un fris de dents de serra i una cornisa bisellada, suportada per mènsules decorades, i una finestra central amb una arquivolta decorada. Els motius geomètrics alternen amb representacions de rostres humans. La façana de migdia presenta una cornisa sostinguda per mènsules esculpides (bàsicament rostres) i la porta, un cos afegit decorat amb quatre arquivoltes en degradació, tres parells de columnes amb capitells amb motius vegetals, animals, geomètrics i arcs tòrics. El frontal d'altar està al Museu del Prado de Madrid.

Església romànica de Santa Cecília: és l'església parroquial actual, d'una sola nau capçada per un absis semicircular llis que acaba amb un fris de mènsules escultrades. Té dues finestres de doble esqueixada. Al mur sud s'obre una portalada amb tres arcades en degradació, de secció rectangular, i dues més intercalades sostingudes per columnes amb capitells decorats. En conjunt, es tracta d'un edifici de fi del s. XII, inicis del s. XIII, on s'observen els afegits d'unes capelles laterals i d'un campanar de torre d'època moderna. Té un parell de carreus de granit, i en alguna zona també s'hi veuen fileres d'*opus spicatum*. En el MNAC es conserva un frontal d'altar on s'hi representa la vida de Santa Cecília amb escenes ordenades en dues fileres.

Santuari de la Mare de Déu del Remei: temple neomedieval i santuari marià de la fi del s. XIX, fou restaurat fa pocs anys. Presenta un esvelta cúpula poligonal que el corona i uns bells esgrafiats, substitueix una antiga capella on s'hi aturaven els pelegrins del camí de Sant Jaume. S'hi venera una imatge policromada de la Verge del Remei. L'església és d'estil historicista, en el seu vessant d'influència florentina. Hi destaca el gran cimbori poligonal coronat amb una coberta piramidal. La seva situació el constitueix en un bon mirador sobre la plana cerdana.

Església de Sant Climent de Talltorta: al poble de Talltorta s'hi troben unes pintures murals de caire popular que daten del s. XVIII, les quals ornem la pràctica totalitat del temple, i que han estat objecte de restauració. Presenten l'interès d'integrar determinats elements prohibits a l'època, raó per la qual hom va mirar d'esborrar alguns d'ells posteriorment. El terra de vidre col·locat a l'absis permet una visió de les restes exhumades del temple romànic precedent, descobert durant l'excavació i arranament de l'església.

Santa Eugènia de Saga: la parròquia de Saga apareix esmentada a l'ACCU (Sagane) el segle X. Formava part del pagus Liviensis. És un edifici d'una gran senzillesa probablement del segle XI, que fou dotat d'una magnífica portalada el segle XII, moment en què es van construir la volta apuntada i els arcs formers. La portalada, de marbre d'Isòvol, és l'element més notable; està constituïda per cinc arquivoltes (dues amb columnes) en degradació i l'arc exterior està decorat amb les figures d'Adam i Eva. La porta està resseguida per un guardapols que emmarca la dovella central amb la figura de Crist sedent; al damunt n'hi ha un altre, horitzontal, acabat amb una mènsula en cada extrem. Els capitells estan decorats amb motius humans, animals i vegetals. El 1997, la Diputació de Girona acabà la restauració de l'edifici. Al Museu d'Arts Decoratives de París es conserva el frontal d'altar de l'església, que pertany al Mestre de Soriguerola (c. 1300).

Sant Serni de Meranges: la parròquia de Meranicos és esmentada a l'ACCU el segle X i formava part del pagus Ollorbitensis. L'edifici, del segle XII, té una sola nau amb l'absis semi cultural, però ha patit fortes transformacions. Les parts més antigues són l'absis i la portalada, tot i que aquesta va ser traslladada al començament del segle XVIII. El cos afegit sobre l'antiga nau es creu que tenia una funció defensiva per reforçar la presència del castell de Meranges, situat sobre el turó que domina el poble. El més destacable és la porta, així com la finestra de l'absis, perquè presenta decoració escultòrica. La primera té un arc de mig punt amb cinc arquivoltes de granit. Els capitells, de gres d'Isòvol, estan molt erosionats però s'hi pot distingir motius vegetals i zoomorfs. La porta està coberta de ferros forjats acanalats i acabats de forma cargolada. La finestra presenta una gorja exterior ornada amb boles.

Mare de Déu de Quadres: Santa Maria de Quadres era considerada els segles XIII i XVI com una *domus hospitalis*, és a dir que va ser la capella d'un hospici o d'un hospital de viatgers situat al camí ral - anteriorment, *via francisca* i camí de Sant Jaume- que passava per la planta i travessava el Segre per l'estret d'Isòvol, on encara es conserva una arcada de pont dit "del diable". Formava part del pagus Ollorbitensis. Ha estat molt reformada com a conseqüència del progressiu soterrament causat per les successives riuades del Segre. L'edifici primitiu, del segle XII, estava format per una nau amb l'absis semicircular i una volta de canó. El segle XVII es construï un nou temple sobre el vell romànic, del qual escara avui són apreciable dues finestres de dobles esqueixada (la del mur sud i la de l'absis), quasi soterrades, de l'església romànica. La porta actual també està situada sobre la romànica. La imatge romànica de la Mare de Déu fou cremada el 1936.

Santa Eulàlia d'Élles: apareix esmentada per primera vegada a l'ACCU el s. X (Ellar) i formava part del pagus Ollorbitensis. Actualment, les diferents modificacions i juxtaposicions de cossos amaguen el passat romànic. No obstant, és una església d'una nau encapçalada per un absis semicircular i coberta per una volta de canó, que dataria del s. XII. La torre campanar, cepada, és una construcció d'època posterior. Al MNAC es conserva un Crist en Majestat de l'època.

3.4.3. Museus i punts històrics

A la Cerdanya també gaudim de varis museus i indrets històrics que configuren la xarxa cultural de la comarca.

Museu Cerdà de Puigcerdà

Antic convent del Sagrat Cor, va pertànyer a l'ordre de les Carmelites descalces o de clausura de Santa Teresa de Jesús fins el 1982 que es va tancar per falta de vocació i poca tranquil·litat. Avui pertany a l'Ajuntament de Puigcerdà, i s'hi fan actes a l'església del mateix convent, totalment reformada. També es fan mostres d'àmplia temàtica a les sales d'exposicions.

Les col·leccions del museu estan relacionades amb el medi natural, arqueologia i història, l'art i l'etnologia. Hi ha un exemple de la casa i la família cerdana, i en altres espais es tracten temes d'història de Puigcerdà.

Museu Municipal de Llívia

La farmàcia de Llívia està documentada des de l'any 1.594, tot i que hi ha fonts que parlen de que es va fundar l'any 1.415 i per tant es considera la més antiga d'Europa, de les farmàcies obertes al públic. A principis del s. XVII se'n va fer càrrec la família Esteva, saga que durant set generacions la va mantenir oberta, fins el 1.926. L'any 1.965 la Diputació de Girona la va adquirir amb el compromís de que es quedés a Llívia. La col·lecció de la "Farmàcia Esteva" és la peça clau del Museu Municipal de Llívia. Al Museu, també hi ha una important col·lecció de material arqueològic que repassa la història de la Vila.

El Castell de Llivia

Situat al cim d'un turó isolat des del qual es controlava visualment el conjunt de la plana cerdana, declarat bé cultural d'interès nacional. Tot i que la primera menció documentada va ser a l'època visigòtica, com a Castrum Libyae l'any 672, en les intervencions arqueològiques no s'han detectat restes estructurals anteriors al s. IX. Del castell queda una estructura quadrada envoltada d'un gran fossat, amb una torre circular a cada cantonada. A l'interior s'hi identifica un pati central al qual s'obren diverses estances, una gran cisterna i una torre sobirana amb cisterna i envoltada d'un petit fossat.

Museu de la Pagesia

Col·lecció privada del món de la pagesia, considerada la més completa de Cerdanya, que recopila peces antigues del s. XIX i algunes del s. XVIII. Patrimoni d'interès històric i cultural, amb més de mil peces originals (col·lecció de carros de diferents models i èpoques, una antiga màquina de batre de tracció animal, molins de ventar blat, raspalls, forques, brabants, arades, atuells de les cuines de pagès, etc., amb algunes escenes recreades en el seu context).

Espai Ceretània

Centre ubicat junt al jaciment arqueològic El Castellot de Bolvir, que explica les diferents fases del jaciment amb recursos interactius i audiovisuals. Compta amb una sala polivalent amb exposicions temporals i un taller d'arqueologia per a la neteja i restauració de les peces trobades a les excavacions.

Castellot de Bolvir

Jaciment arqueològic que va ser un dels pocs poblats ibèrics localitzats al Pirineu i sens dubte és el més ben conegut. Construït a la primera meitat del s. IV aC., ja amb les seves estructures defensives i domèstiques. A l'assentament s'hi desenvolupen activitats diverses com l'explotació agropecuària, confecció de teixits o elaboració d'utensilis ceràmics. A partir de mitjans del s. II aC. i en el segle següent, els romans reformaren el poblat, amb una nova entrada monumental i fortificada, i tot un seguit d'edificis polifuncionals, destacant-ne el treball metal·lúrgic. Posteriorment fou reocupat en l'alta edat mitjana (s. X – XII), esdevenint un vilatge fortificat. Tanmateix, al segle XII es despoblà i mai més va tornar a estar ocupat. Actualment, el Castellot segueix en procés d'excavació, recerca i consolidació.

Museu de l'Esclop de Meranges

L'esclop és un tipus característic del calçat fet de fusta d'una sola peça i que s'ha emprat per caminar per la neu, en els llocs humits, per treballar la terra o cuidar bestiar. Meranges va ser un dels centres més productius de tot Catalunya. El museu de forma didàctica, mostra l'elaboració de l'esclop, tant pel que fa als estris i eines necessàries com la seva història, tradicions i dites que la història li ha impregnat al llarg dels anys.

Col·lecció Museu de Das

El Museu de Das està repartit en 6 sales on s'hi exposa diferents eines, estris de treball, atuells, costums i maneres de viure de la gent i de la vida a la Cerdanya. Aspectes relacionats amb les feines del bosc i del camp, el món que envoltava al pagès, la vida privada a l'interior de les llars, d'oficis tan arrelats en la comarca com podien ésser el d'escloper o de pastor, en són algunes de les mostres que s'hi poden contemplar. El museu està situat a la Casa del Comú on també hi ha el consistori.

Museu del Bosc Pirinenc de Catalunya a Bellver

Situat al mateix edifici del Sequer de Pinyes, tracta d'una col·lecció d'insectes molt completa i de mostres de vegetació pirinenca.

Sequer de les Pinyes a Bellver

El Sequer de Pinyes és l'únic sequer que hi ha en tot l'estat. Aquest va funcionar a ple rendiment fins a finals del segle passat com a assecador de pinyes industrial per extreure'n els pinyols. Actualment es vol fer funcionar novament per a les indústries, institucions o particulars que els necessitin.

Centre de Talló (Bellver de Cerdanya)

Centre d'interpretació de la fauna forestal. El Centre compta amb un punt d'informació del Parc Natural Cadí-Moixeró i el seu entorn, exposicions, sales polivalents, dependències de gestió del centre i una residència per a investigadors i estudiants en pràctiques.

Parc dels Búnquers de Martinet

Durant els anys quaranta, als Pirineus es va construir una impressionant línia de defensa que durant molt temps ha estat envoltada per secret militar. Avui es pot reviuir una època convulsa i fascinant a través d'un suggeridor muntatge museogràfic i una visita guiada pels búnquers.

4. COM ARRIBAR

DISTÀNCIES

Des de Barcelona: 145 Km.

Des de Girona: 149 Km.

Des de Madrid: 639 Km.

Des de València: 460 Km

Des de Saragossa: 326 Km

Des de Sant Sebastià: 432 Km.

Des de Perpinyà: 103 Km.

Des de Tolosa: 170 Km.

Oficina de Turisme de Cerdanya a Puigcerdà 42°42'40"N 1°92'35"E

COM ARRIBAR-HI

En Cotxe:

Des de Barcelona per la C16-E9 direcció Manresa, segueix direcció Berga fins a Puigcerdà pel Túnel del Cadí.

També per la C17 Barcelona – Vic – Ripoll – Collada de Toses – Puigcerdà.

Des de Lleida a Adrall per la C13, C26 i d'Adrall a Puigcerdà per la N-260.

Des de Girona, per Olot i Ripoll i la N-152 (Collada de Toses).

Des del nord d'Espanya per Irún, direcció Tarbes, Foix, Ax-Les-Thermes, Túnel del Pimorent fins a Puigcerdà.

En Tren:

Renfe: des de Barcelona – La Tour de Carol. Tel. 902 240 202

AVE Madrid – Lleida (3 hores)

AVE Saragossa – Lleida (1 hora)

En autobús:

Alsina Graells (Alsa) des de Barcelona i des de La Seu d'Urgell. Tel. 902 422 242

Teisa des de Girona. Tel. 972 200 275

Aeroports:

Barcelona, Madrid, Girona, Lleida, La Seu d'Urgell, Tolosa i Perpinyà.

5. DADES ECONÒMIQUES

Les següents dades han estat obtingudes a partir d'estudis estadístics publicats per l'IDESCAT. Aquests són resultats del municipi en xifres, obtingudes en diferents anys en els **17 municipis**:

5.1. Densitat de població (2015)

- Superfície (Km2): 546,7
- Densitat (hab./Km2): 32,7
- **Total Població: 17.870**

5.2. Tipologia d'habitatge (2011)

- Habitatges principals: 7.665
- Segones residències: 11.353
- Habitatges buits: 2.168
- **Total Habitatges: 21.186**

5.3. Allotjaments turístics (2014)

- Hotels: 62
- **Places hoteleres: 3.137**
- Càmpings: 7
- **Places de Càmping: 4.524**
- Turisme Rural: 54
- **Places Turisme Rural: 376**

5.4. Instal·lacions esportives (2015)

- Pavellons: 8
- Pistes poliesportives: 32
- Camps poliesportius: 12
- Sales esportives: 29
- Piscines cobertes: 5
- Altres espais: 377
- **Total: 463**

6. DADES DE CONTACTE

PATRONAT COMARCAL TURISME CERDANYA

Cruïlla N-152 amb N-260
17520 Puigcerdà
Tel. 972 140 665
info@cerdanya.org
www.cerdanya.org

Twitter: @TurismeCerdanya
Instagram: turismecerdanya
Facebook: Turisme Cerdanya

CONSELL COMARCAL DE CERDANYA

Plaça del Rec, 5
17520 Puigcerdà
Tel. 972 884 884
www.cerdanya.cat

PATRONAT DE TURISME DE PUIGCERDÀ

Plaça Santa Maria, s/n
17520 Puigcerdà
Tel. 972 880 542
info@puigcerda.cat
www.puigcerda.cat

MUSEU MUNICIPAL DE LLÍVIA

C/ dels Forns, 10
17527 Llívia
Tel. 972 896 313
patronat@llivia.org
www.llivia.org

PATRONAT DE TURISME D'ALP

C/ Nord, s/n
17538 Alp
Tel. 972 890 385
turisme@alp2500.cat
www.alpturisme.cat

CENTRE DE TALLÓ

C/ de la Font, s/n
25720 Talló (Bellver de Cerdanya)
Tel. 973 510 802
centredetallo@bellver.org
www.bellverecoturismecerdanya.cat



CONSELL COMARCAL
DE LA CERDANYA



CERDANYA

La Gran Vall del Pirineu

www.cerdanya.org